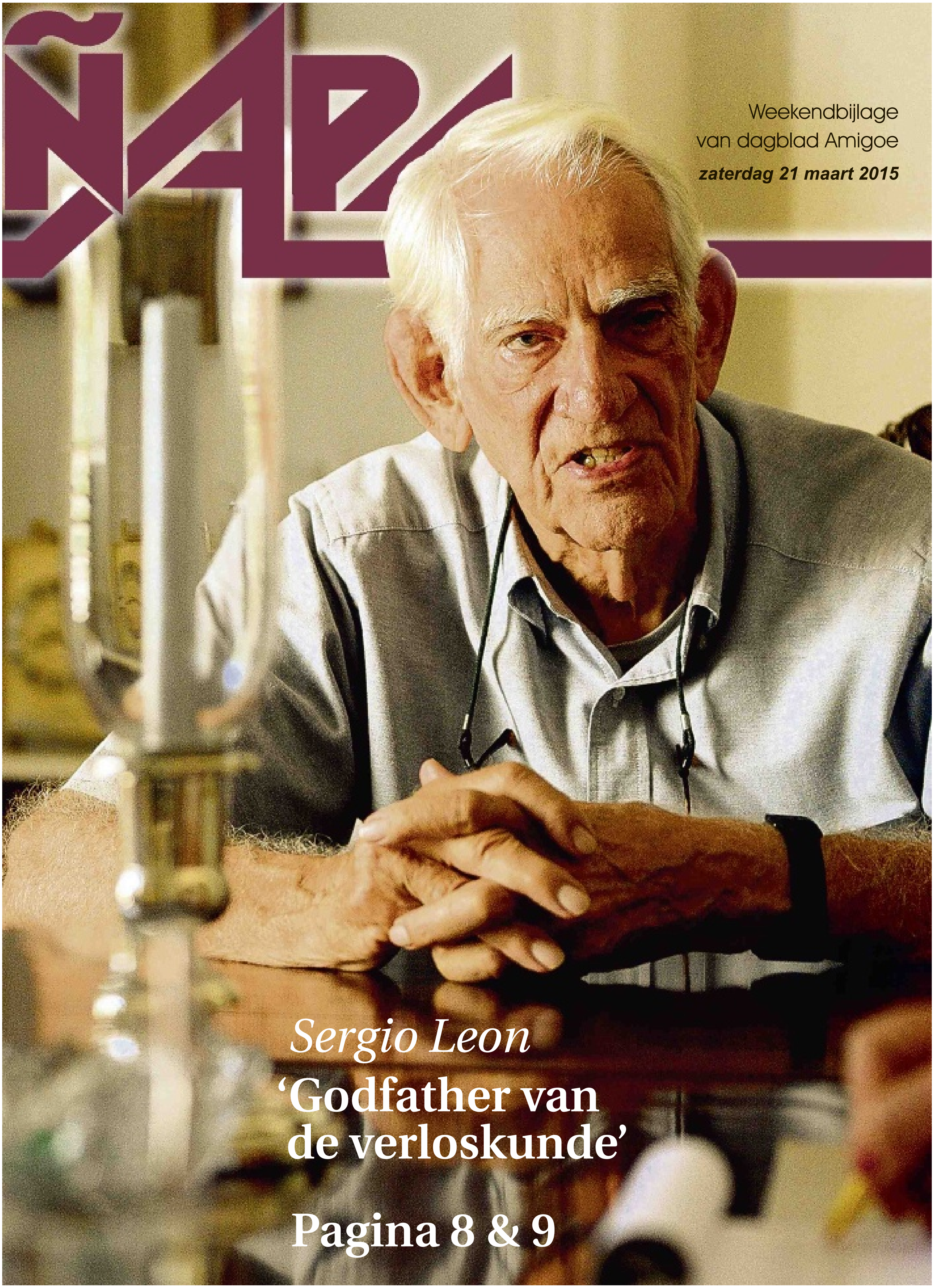
Ñapa
Weekendbijlage
van dagblad Amigoe
zaterdag 21 maart 2015



Sergio Leon

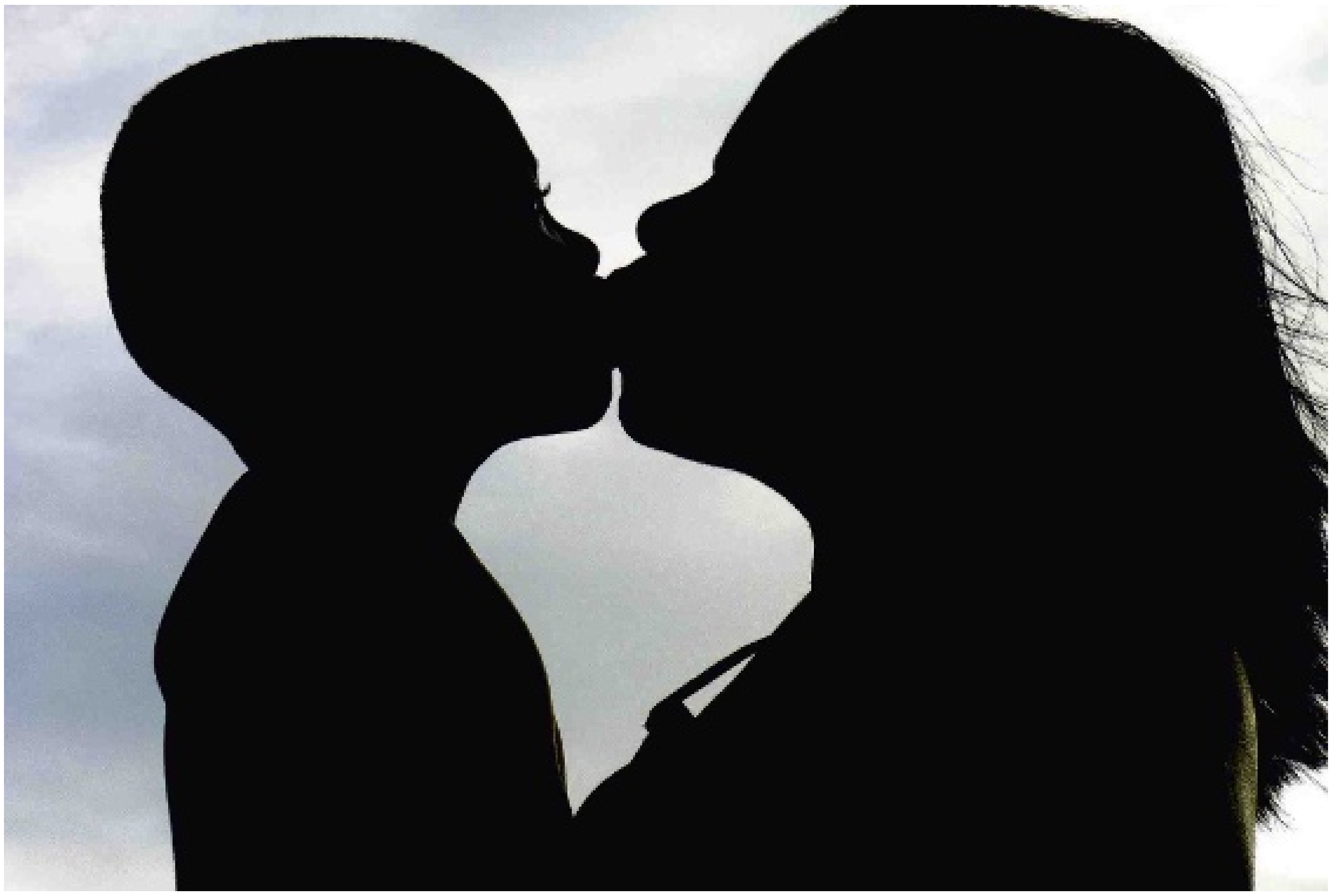
‘Godfather van de verloskunde’

Pagina 8 & 9

Inhoud

1 Voorpagina
2 Inhoud
3 Uitgelicht
4 Gezondheid
5 Work & Travel met Elton
6&7 Literatuur
8&9 Sergio Leon
10 Management
11 Eten & drinken
12&13 'Taboe op horen van stemmen onterecht'
14 Recht
15 Puzzels
16 CuraMix

Foto van de week.



Een prachtige foto van kleinzoon en dochter van de maakster in silhouet. Deze foto heet 'Love with all my heart' en is ingestuurd door Normigia Ilario.

Heeft u een mooie foto? Stuur hem dan naar napa@amigoe.com

Like

Like Amigoe Ñapa op Facebook en krijg elke week een voorproefje van de aankomende editie.

Colofon

BLADMANAGER Linda van Eekeres
email: napa@amigoe.com

EINDREDACTEUR Hans Vaders

VORMGEVING Wendela Ataliede
Oscar Vanegas

STAGIAIRE Merlin van Mil

Voorpaginafoto: Ken Wong

Aan deze Ñapa werkten mee:

Monique Casimiri
Ko van Geemert
Hans de Haan
Elisa Koek
Brede Kristensen
Judice Ledeboer
Jan de Ruijter
Elton Sint Jago
May Voges
Mineke de Vries
Didi Wildeman
Miriam de Windt
Ken Wong

Thuis.

Ziek

Monique Casimiri

Ik ben ziek. Echt ziek. Ik loop er eigenlijk al jaren mee, maar werd niet altijd geloofd. Het had ook geen naam. Nog niet. Ik sprak ook weinig mensen die er ook last van hadden. Sporadisch kwam ik ze tegen, maar ook zij wisten niet hoe het heette of wat ze er tegen konden doen. Gelukkig gaat het ziek zijn uiteindelijk altijd weer over. Althans, de scherpe randjes gaan eraf, en tegen de tijd dat je denkt, nu ben ik er vanaf steekt het weer de kop op en begint het hele gelazer weer van voor af aan.

Nu las ik een paar weken terug een artikel in de krant en ik herkende mijzelf daarin. Het ging over mijn ziekte. De ziekte die zo weinig mensen hadden, maar deze dokter vertelde over een grote groep mensen die dezelfde symptomen had. Het openbaart zich meestal met hoofdpijn, buikpijn en moeheid. Maar bij doorvragen blijken deze mensen helemaal niet lekker in hun vel te zitten. De dokter vertelde ook dat deze ziekte met name veel voorkomt onder Antillianen en Surinamers. Het had een naam, namelijk winterdip.

De verklaring was simpel, te weinig zonlicht, te weinig familie en te weinig tijd om allerlei zaken af te kunnen handelen, zoals bankzaken, doktersbezoek, en dergelijke. Door de lange werkdagen blijft hier weinig tijd voor over en juist naar die dokter moeten we gaan om aan te geven dat we geen tijd hebben om naar de dokter te gaan en dat we daar ziek van worden. We krijgen er buikpijn en hoofdpijn van. En die moeheid. De dagen zijn te kort in Nederland om voldoende zonlicht tot ons te nemen. We zitten veel binnen, want buiten is het te koud.

De remedie van de dokter was een ticket boeken naar Curaçao om daar in de winter een paar weken te verblijven. En daar zit natuurlijk wel wat in. Je ziet je familie weer, je hebt voldoende zonlicht om er weer een paar maanden tegenaan te kunnen en je hebt tijd zat. Je hebt immers vakantie, dus je hoeft niets, er zit nergens een tijdsdruk op.

Alleen wie betaalt dat? Alleen al dat gegeven is reden om hoofdpijn te krijgen. Het is niet te betalen. De zorgverzekering biedt een alternatief. Lichttherapie. Met een felle lamp wordt men blootgesteld aan intensief licht. Je moet zo'n anderhalf tot twee uur per dag in het licht van die lamp zitten, waarbij je wel mag lezen, werken of anderszins, als het licht maar via je ogen binnenkomt. Het schijnt goed te helpen. Het is beter voor je portemonnee dan een ticket richting Antillen, alleen die bijwerkingen weerhouden me ervan om het uit te proberen: hoofdpijn en vermoeidheid.

Op Blue Monday, dat verzonnen blijkt te zijn, maar daardoor niet minder waar is, dit schrijven over je winterdip is toch wel de ultieme vorm van zelfkwelling. Ik word er ziek van.

Uitgelicht.

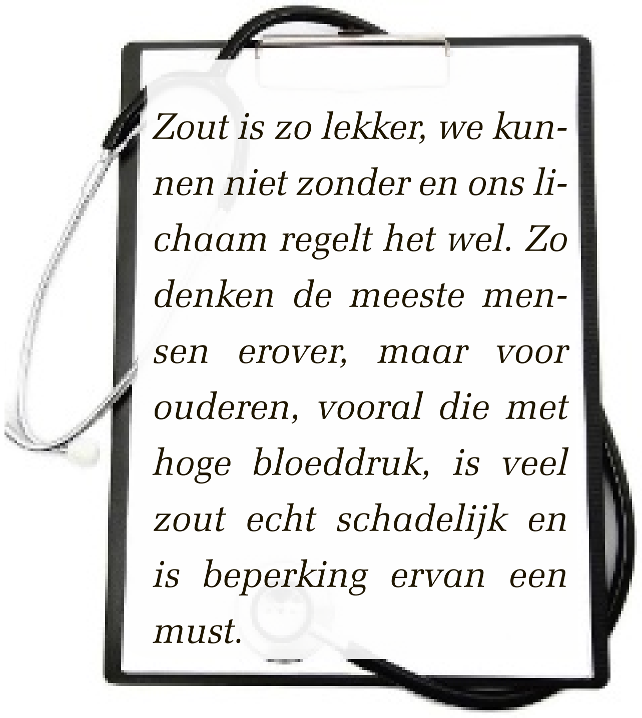
Curaçaosche Kunstkring viert feest

Zo'n 600 bezoekers waren dit weekeinde te vinden in en rond het Curaçaosch Museum tijdens de speciale festiviteiten in het kader van het 80-jarig bestaan van de Curaçaosche Kunstkring. Er waren verschillende optredens van onder anderen Randall Corsen, Wim Statius Muller en Junior Tecla. Ook waren er debatten over cultuur en architectuur en een arts & crafts markt.

Foto's: **Ken Wong**

Medisch.

Zout en hoge bloeddruk



Tekst: **Hans de Haan**

Reeds in 2009 schreef ik over dit onderwerp ('Zout') en vervolgens in 2010 ('Zout moet echt minder'). Ondanks alle waarschuwingen in medische tijdschriften en gezondheidswebsites, is het zoutgebruik in de wereld verder toegenomen. Sindsdien is hier de laatste jaren veel onderzoek naar verricht waarbij de schadelijke werking van het gebruik van (te) veel zout is bevestigd, vooral bij patiënten met hoge bloeddruk. Vandaar wederom de aandacht voor dit onderwerp.

Vorig jaar publiceerde de New England Journal of Medicine een indrukwekkend onderzoek onder redactie van D. Mozaffarian, getiteld 'Global Sodium Consumption and Death from Cardiovascular Causes'. Dit onderzoek werd uitgevoerd in 2010 in 66 landen ter wereld en betreft een meta-analyse van 107 gerandomiseerde interventiestudies naar het effect van minder zoutconsumptie op de bloeddruk. Hierna werd aan de hand van andere gegevens de invloed op het sterftecijfer aan hart- en vaatziekten berekend. De belangrijkste resultaten van het onderzoek zijn dat in 2010 de gemiddelde zoutconsumptie in de wereld 3,95 gram per dag bedroeg - mede gebaseerd op het voedingspatroon in de Aziatische, Afrikaanse en Oost-Europese landen - en dat er een verband bestaat tussen vermindering van zoutgebruik en de bloeddruk. De onderzoekers leggen daarom op basis van dat gemiddelde de grens bij een dagelijkse zoutconsumptie van 2 gram.

Hogere grens westerse landen

Eerder onderzoek onder westerse populaties heeft laten zien dat een (te) lage zoutinname, zoals bovengenoemd, mogelijk niet leidt tot gezondheidswinst en gepaard kan gaan met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Er is namelijk aangetoond dat bij mensen met een normale bloeddruk wel een verlaging van de bloeddruk optreedt, maar ook een verhoging van de plasmawaarden van renine, aldosteron, adrenaline, noradrenaline, cholesterol en triglyceriden, hetgeen negatieve effecten op de gezondheid kan hebben. Op grond hiervan heeft het Institute of Medicine in de Verenigde Staten in 2013 aanbevolen dat verlaging van de dagelijkse inname van zout tot minder dan 5,75 gram voor de algemene bevolking niet gerechtvaardigd is en een lagere grens voor risicogroepen niet langer wenselijk is. Dit komt overeen met het advies van de Raad voor de Volksgezondheid in Nederland van de grenswaarde van 6 gram uit 2006, dat nog steeds geldt.

Zoutgebruik op Curaçao

In Nederland wordt relatief veel zout gebruikt. De laatste cijfers zijn dat 85 procent van de bevolking een dagelijkse zoutinname heeft hoger dan 6 gram. Mannen consumeren gemiddeld 9,9 gram en vrouwen 7,5 gram. Ongeveer 80 procent van de zoutinname is afkomstig van bewerkte producten. Brood, kaas en vleesproducten zijn de belangrijkste bronnen. Hoewel hier op Curaçao geen onderzoek naar is verricht, mag worden aangenomen dat het zoutgebruik van onze eilandbewoners zeker niet minder zal zijn dan in Nederland. Velen eten hier ook brood, kaas en vlees en verder houdt men hier ook van pittige gerechten, hamburgers en pizza's. Vervolgens is er een enorm aanbod aan snacks, borrelnootjes, chips en andere lekkernijen die juist zo smakelijk zijn wegens het hoge zoutgehalte. De meeste mensen vinden goed gezouten producten juist lekker, want zout is een top 'smaakversterker' en - net als suiker - verslavend. Zoutloos brood vindt niemand lekker, kaas is juist zo heerlijk door het hoge zoutgehalte ervan en een gebakken biefstukje zonder zout is maar laf en flauw. Het zoutgebruik onder de bevolking zal daardoor niet echt minder worden.

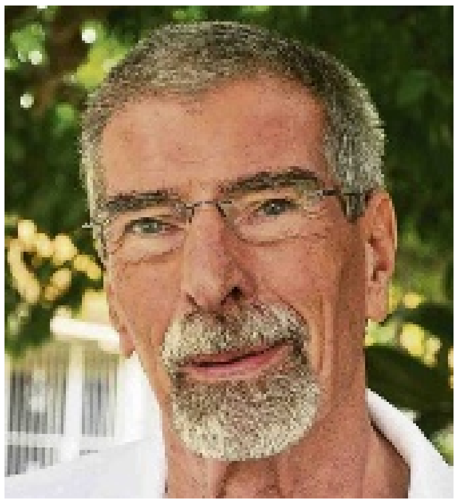
Minder zout bij hoge bloeddruk

Dit artikel is vooral bedoeld voor patiënten met hoge bloeddruk, vooral voor de donkere mensen onder hen, omdat die voor zout gevoeliger zijn; verder voor mensen ouder dan 50 jaar en zij die lijden aan suikerziekte. Het is bewezen dat voor deze drie groepen een te hoog gebruik van zout echt schadelijk is en de kans op het overlijden aan hart- en vaatziekten bij hen is vergroot.
Het gaat niet zozeer om het gebruik van strooizout tijdens het koken of het eten van een ei, want dat is minimaal. Brood is een belangrijke bron dat veel zout bevat, maar het is een dusdanig vast voedingsmiddel, meestal tweemaal per dag, dat we dit eigenlijk niet kunnen minderen. Kaas is een populair broodbeleg, dat ook niet gemakkelijk is te beperken. De grote boosdoeners zijn echter de bewerkte vleesproducten, vleeswaren, sauzen, soepen en andere verpakte producten die in overvloed worden aangeboden. Vervolgens genieten veel mensen 's avonds van lekkere hapjes of snacks tijdens het tv-kijken.
Op deze manier krijgen we ook ongemerkt veel zout binnen.
De omslag is om te leren bewust te worden van het dagelijkse zoutgebruik. Dat is iets nieuws en zal in het begin heel lastig zijn. Een goed begin is het lezen van de etiketten van de verpakte voedingsmiddelen die men gewend is om te eten: men zal dan schrikken van het hoge gehalte aan zout. Verder zal men zich moeten matigen met het eten van gezouten snacks. Er zijn ook licht- en ongezouten noten te koop. Het is een eerste stap en het zal succesvol zijn, zodra men gaat proeven dat iets te zout is.

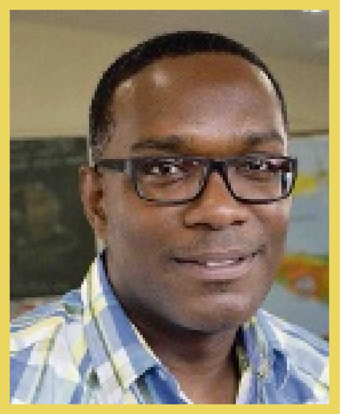
Meting zoutgehalte

De mooiste oplossing zou zijn de invoering van een 'zoutgehaltemeter', net zoals de meter voor het bloedsuikergehalte. Misschien komt het ooit zover, maar voorlopig moeten we het doen met een bewuste beperking van de inname van bepaalde voedingsmiddelen. Het valt aan te bevelen om naar een diëtiste te gaan die op grond van de precieze opgave van de dagelijkse voeding kan uitrekenen hoeveel zout men daarmee binnen krijgt, want zoiets is moeilijk zelf te berekenen. Een exacte methode is de bepaling van het zoutgehalte in 24-uurs urine, maar dat is omslachtig en duur. Het zou in elk geval goed zijn als huisartsen hun patiënten met ernstige hoge bloeddruk zouden verwijzen naar een diëtiste voor het meten van de gemiddelde zoutinname per dag. Dat is een verstandig begin.

Mijn dank gaat uit naar Miriam de Windt, diëtiste, voor haar professionele ondersteuning van dit artikel.



Hans de Haan is arts en jarenlang actief geweest als medisch adviseur bij diverse instanties.



Work & Travel met Elton

Hoe meer hij reist, hoe meer hij van Curaçao gaat houden. Voorlopig is hij echter nog op wereldreis. Docent Aardrijkskunde Elton Sint Jago doet in de Ñapa maandelijks verslag van zijn belevenissen.

'Werken in Nieuw-Zeeland en meer'

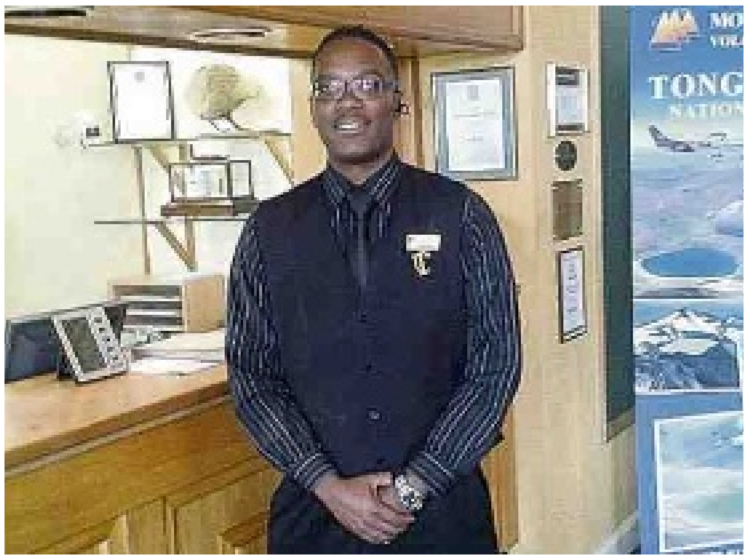
Na Rotorua ging ik verder naar Turangi, een stadje dichtbij Tongariro National Park. Het park kent drie vulkanen, namelijk Mt. Tongariro, Mt. Ngauruhoe en Mt. Ruapehu. Hier heb ik de populaire 'Tongariro Crossing' gedaan, een wandeling van 19.4 km door het park die iets langer dan 6 uur duurde. Het was een mooie ervaring, vol mooie vergezichten! Het brengt je tussen Mt. Tongariro en Mt. Ngaruhoe en langs de prachtige Emerald Lakes.

Tekst: **Elton Sint Jago**

Kort na de Tongariro Crossing begon ik te werken bij een hotel in het Tongariro National Park zelf. Het bevindt zich dichtbij het Whakapapa skigebied en ik heb er acht maanden gewerkt als 'porter'. Het werk was simpel en gemakkelijk. De betaling was niet uitstekend maar omdat je 3 maal per dag te eten kreeg, weinig huur betaalde voor een kamertje en weinig uitgaf (omdat er niet veel te doen was), kon ik uitstekend sparen!

Gelukkig had ik een heel leuk en aardig team van collega's uit verschillende landen en ik heb hier nieuwe vriendschappen gesloten. Een week voordat ik wegging, begon een andere jongen uit Curaçao te werken bij het hotel: Joseph Statia. Natuurlijk waren er ook minder leuke dingen aan het werk, zoals nachtdiensten waar ik absoluut een hekel aan had.
Als 'porter' waren mijn taken onder meer de gasten helpen met hun bagage (en ik kreeg vaak fooi!), extra handdoeken en andere spullen naar de kamers brengen, helpen met het weghalen van glazen en borden in de lounge, rond het hotel lopen en controleren of alles in orde en of alles gesloten en op slot was, af en toe helpen met inchecken bij de receptie, gasten ophalen met een busje bij het treinstation, helpen met het opzetten en/of afbreken van de zaal voor conferenties, feesten en bruiloften. Het was dus erg gevarieerd en dat vond ik juist prima. De winter is de drukste periode vanwege de wintersport op Mt. Ruapehu. Zelf ben ik twee keer gaan skiën en het ging helemaal niet slecht! Het heeft een paar keer gesneeuwd waar het hotel staat, op een hoogte van circa 1100 meter, en de koudste temperatuur tijdens mijn verblijf was -6 graden Celsius. In de omgeving van het hotel zijn er verschillende mooie wandelingen die je kunt maken, onder meer naar de Taranaki-watervallen. Na acht maanden werken kon ik niet wachten om in te pakken en weg te gaan!
Tijdens mijn acht maanden bij het hotel, ging ik een paar keer weg met andere collega's of alleen, onder meer naar de prachtige en bijzondere Waitomo-gloeiwormgrotten, Rotorua, Taupo, New Plymouth en het Taranaki-gebied en de hoofdstad Wellington. De hoofdstad telt ruim 400.000 inwoners en ligt helemaal in het zuiden van het Noorder Eiland. De stad is ook wel bekend als 'windy city' en ik vond het een leukere stad vergeleken met Auckland. De voornaamste plekken om te bezoeken liggen in of dicht bij het centrum en zijn gemakkelijk te voet te bereiken. Een van de bekendste attracties is de Wellington Cable Car, een kabelbaan die het centrum en de wijken op een heuvel met elkaar verbindt sinds 1902. Vanaf Mt. Victoria genoot ik 's avonds van een prachtig uitzicht op de stad en de haven. In het centrum liep ik langs Civic Square, een plein waar een heel apart kunstwerk in de lucht hangt. Het is een zilverkleurige sculptuur in de vorm van een globe, bedekt met zilveren boomvaren, gemaakt door artiest Neil Dawson. Niet ver hier vandaan is het Te Papa Museum (Museum of New Zealand). Het is een groot museum met verschillende verdiepingen en de entree was gratis! Het was absoluut de moeite waard en ik bleef er best lang hangen. Er was vooral veel te zien over de Maori-cultuur, de vulkanen en aardbevingen in Nieuw-Zeeland. Het meest bijzondere vond ik de kolossale inktvis die tentoongesteld werd. Deze werd per ongeluk opgevist in de zeeën dicht bij Antarctica en naar het museum overgebracht.

Mijn volgende en laatste verslag uit Nieuw-Zeeland gaat over het Zuider Eiland.



Aan het werk in Nieuw-Zeeland.

Wellington, de hoofdstad van Nieuw-Zeeland.

De prachtige Emerald Lakes.

Het Whakapapa skigebied

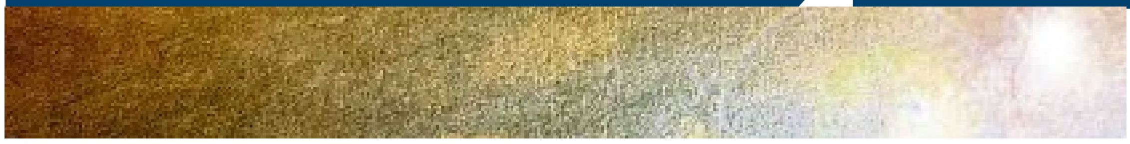
Lezen is leren
Een gedurfde reis!

In de rubriek Bookends van de New York Times bediscussiëren wekelijks twee columnisten een vraag uit de wereld van de literatuur. Vorige week luidde deze: is de bedoeling van de auteur van meer waarde dan de interpretatie van de lezer? Brede Kristensen mengt zich voor de Ñapa in deze discussie.

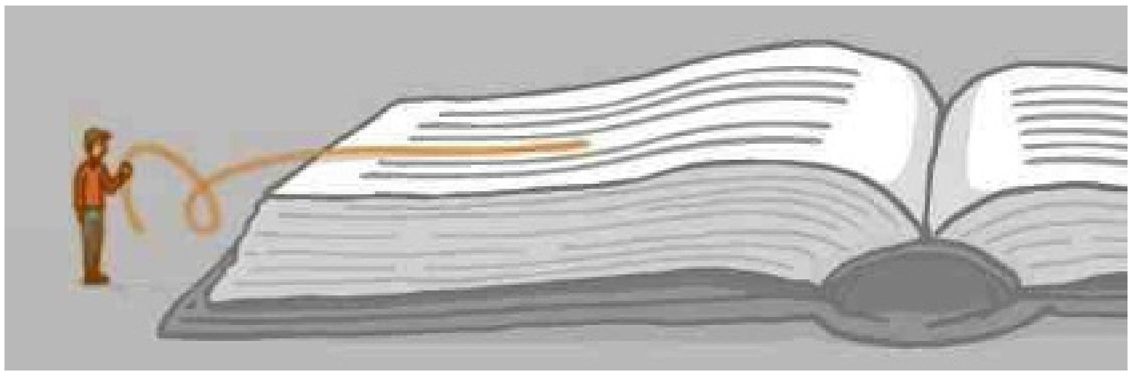
Tekst: **Brede Kristensen**

Ik was 16 en zat in klas 4. Dat jaar was René de Rooy docent Engels en Spaans op het Peter Stuyvesant College, zoals het toen werd genoemd. Zijn passie was literatuur.

Op een ochtend vertelde hij met aanstekelijk enthousiasme over een van zijn lievelingsauteurs: Hemingway. Met een zweem van venijnigheid vroeg een klasgenoot 'en als je er nou niks aan vindt?' De Rooy was even uit het veld geslagen en antwoordde toen: 'Ga hem eerst lezen, dan ga je ontdekken hoeveel hij je te zeggen heeft.' Waarop een andere klasgenoot parmantig riep: 'Over smaak valt niet te twisten.' Gelach alom. 'Nee', reageerde De Rooy, 'geen kwestie van smaak maar een kwestie van durf.' Die opmerking als reactie op die smakeloze dooddoener is mij als gedenkwaardig bijgebleven. Ik dacht bij mezelf, De Rooy heeft gelijk, lezen is leren, een soort ontdekkingsreis, en er is kennelijk durf nodig om aan zo'n reis te beginnen. Met vooringenomenheid en subjectieve smaakideetjes sluit je de wegen tot ontdekken en leren af.
In zijn antwoord zaten belangrijke principes verborgen. Beoordeling van literatuur is geen kwestie van subjectieve gevoelens. Zoiets als 'dit vind ik leuk en dat zegt me niets'. Er valt iets te ontdekken en er valt over te discussiëren over de kwaliteit van een tekst. Nog belangrijker: je moet door een tekst gegrepen worden, voordat je er iets over kunt zeggen. Dat moet je laten gebeuren en daar is durf voor nodig.
Deze dagen wordt een stevige discussie in de New York Times gevoerd over het interpreteren van teksten, met als titel: Should the author's intentions matter? Moet je de bedoeling van een auteur kennen om zijn werk te begrijpen? Ja, zeggen sommigen. Tekst en intentie zijn onlosmakelijk verbonden. Iemand brengt naar voren dat sommige auteurs weliswaar dit of dat bedoelen te zeggen maar dat teksten onbedoeld ook de uitdrukking kunnen zijn van iets heel anders. Om een tekst te begrijpen moet je dat in aanmerking nemen.
Kafka schreef twee boeken over een zekere K. die niet goed weet wat hem overkomt als hij wordt geconfronteerd met anonieme bureaucratische machten. Bijkans 'hemelse' machten. De lezer kruipt in de huid van K. en krijgt het gevoel dat K's nachtmerrieachtige ervaringen zijn eigen ervaringen zijn. Dan leest hij iets over Kafka. Hij leest dat Kafka 'eigenlijk' erop uit was de onmenselijke bureaucratie te ontmaskeren. Of dat zijn werk 'eigenlijk' een aanklacht tegen de willekeur van totalitaire regimes is. Of tegen het godsbeeld uit de joodschristelijke traditie waarmee hij in zijn kinderjaren werd opgezadeld. Als hij verder snuffelt in de Kafka-interpretatie literatuur, waarmee inmiddels een bibliotheek kan worden gevuld, dan raakt hij het spoor helemaal bijster in het labyrint van psycho-analytische en wereldbeschouwelijke interpretaties. Kan je Kafka pas begrijpen als je al die beschouwingen hebt doorgenomen? Arme Kafka, die niet bij machte was zichzelf helder uit te drukken... zo suggereert die bibliotheek. Arme lezer dat er zoveel voorwerk moet worden verricht alvorens je iets van een roman kan begrijpen.
'Nou bekijk het maar', zei Susan Sontag in haar kernachtige essay 'Against Interpretation' (1961). Daarin steekt ze de draak met redeneringen als: auteur A zegt x, maar eigenlijk bedoelt hij y te zeggen. Dus de lezer of de recensent die dat inziet, begrijpt de auteur beter dan hij zichzelf begrijpt. Ze verheffen zich als arrogante betweters boven de auteur. Vanuit zo'n houding lees je niet. Je beoefent uitleg- en inlegkunde, is de terechte stelling van Sontag.
Uiteraard wordt Roland Barthes uit de kast gehaald. In 1967 publiceerde hij het essay dat als een bom insloeg: De dood van de auteur (1967). Het gaat om de tekst, niet om de auteur, beklemtoonde Barthes. De bominslag was echter anders dan hij had bedoeld (ook weer zoiets). Hoe reageerden veel lezers en recensenten? Ze dachten: Mooi zo, nu hoeven we ons hoofd niet langer te breken over de vraag wat de bedoelingen van een auteur zijn. We kunnen als lezer lekker onze gang gaan en doen met de tekst wat we willen. Plezier beleven aan de tekst. Later schreef Barthes over 'het plezier van de tekst'! En als je er niks aan vindt, dan is dat toch je goed recht! De deuren gingen wijd open voor subjectivisme. Een deelneemster aan de New York Times-discussie merkt op dat het haar en haar medestudenten in die jaren goed uitkwam. Je mocht schrijven wat je wilde. Je was zo klaar. Wat hebben we heerlijk liggen luieren. Wat waren we Barthes dankbaar.
Zadie Smith, de bekende Jamaicaans-Engelse auteur laat ook van zich horen. Ooit schreef ze een essay over Barthes en Nabokov: 'We were walking into books boldly... without bothering too much about the owner.' Gemakkelijk toch. Maar vanaf het moment dat ze zelf ging schrijven werd het allemaal anders. Ze begreep dat ze weinig had begrepen van wat Barthes bedoelde. Ze begreep ook dat ze zelf iets te zeggen had en dat het wel degelijk haar bedoeling was die boodschap over te dragen naar de lezer. Oefff. Dan komt ze met een kernachtig-retorische vraag: 'Is ontvangen niet beter dan geven?' Ontvangen! Je geeft een mening maar je ontvangt een boodschap. Je mag de auteur erbuiten laten, maar is de lezer bereid een tekst te ontvangen? Ze licht verder toe: 'Geven is moeiteloos, ontvangen kost moeite.' Klopt, maar ze legt niet uit waarom. Laat me een poging wagen.
Een boodschap ontvangen betekent dat je die boodschap begrijpt. Anders ontvang je de verdraaide boodschap, niet de juiste. Dan houd je jezelf dus voor de gek. Je ontvangt je eigen verzinsels. Om te ontvangen ontkom je er niet aan om actief te lezen, je te verdiepen in de tekst, open te staan voor wat die tekst suggereert. Sterker, jezelf als het ware te verliezen in de tekst. Te reflecteren en te begrijpen. Dan wordt lezen een uitdagende en leerzame ontdekkingstocht. Zo ontvang je nieuwe inzichten en word je als lezer co-auteur.
U snapt natuurlijk wel waar de hele discussie in de New York Times naartoe ging. Door lezen te zien als een soort passief consumeren van teksten die je leuk vindt (dat is iets anders dan 'ontvangen') komt er van lezen helemaal niets terecht. Dan wordt lezen een vorm van amusement. Boeken worden snoepjes. De lekkerste snoepjes vind je natuurlijk op internet. Niet in de bieb. Gevolg? Na het overlijden van de auteur, overlijdt nu ook de tekst. En lieve hemel, daarmee natuurlijk ook wij als lezers.
Terwijl ik deze discussie volgde, verwonderde het mij dat niemand op de gedachte kwam de studie van C.S. Lewis, 'An Experiment in Criticism' (1961) erbij te halen. Nog eerder dan Barthes kwam hij op het idee de lezer een actieve en creatieve rol in het literaire bedrijf te geven. Laat me Lewis' fascinerende studie kort door de bocht samenvatten in mijn eigen woorden. Lewis vraagt zich af wat een tekst nu eigenlijk tot goede literatuur maakt.
Goede teksten worden geschreven door auteurs die zich bewust zijn weinig van het leven te begrijpen, die personages creëren die zich schrijvenderwijs tot persoonlijkheden ontwikkelen waar de auteur nog maar weinig vat op heeft, die ook de auteur aan het denken zetten! Zo roepen goede auteurs een wereld op die erg lijkt op de werkelijke wereld, een wereld dus met geheimen, ondoorgrondelijk, mysterieus en verrassend, die de lezer uitdaagt tot reflectie.



Anders geformuleerd: een goede auteur produceert een tekst die zijn eigen weg gaat, met personages die hun eigen karakteristieke ontwikkeling doormaken. Onder het schrijven sneuvelt de auteur als schepper.
De auteur wordt een soort facilitator. Vandaar dat al die interpretaties over de ware bedoelingen van de auteur zinloos zijn. Dergelijke interpretaties hebben alleen zin als de auteur een mooi afgerond, keurig geregisseerd verhaal produceert. Een spannend verhaal bijvoorbeeld met een eenduidige ontknoping zoals in een literaire thriller. Strakke regie mag spannende snoepjes opleveren, maar zelden levende literatuur. Voor een levende roman kunnen we die zogenaamde intenties en verborgen bedoelingen van de auteur maar beter vergeten en de levende tekst tot ons laten doordringen en vragen wat die tekst met ons doet. Als dat veel en ingrijpend is heb je vermoedelijk met een goede tekst te doen. Als lezers 100 jaar later nog steeds door die tekst aan het denken worden gezet, is dat een teken dat het een sublieme tekst is.
Een goede tekst stimuleert een creatieve lezing en existentiële reflectie, concludeerde Lewis. Nadat hij dat had geschreven kwam een belangrijke aanvullende gedachte bij hem op. Voordat je tot reflectie komt, moet die tekst wel eerst tot je doordringen. Je moet hem ontvangen. Vooral jonge mensen kunnen dat goed. Ze zijn sneller bereid zich door een tekst te laten overrompelen, zichzelf erin te verliezen dan volwassenen. 'Let yourself be knocked flat' adviseerde hij. Ouderen zitten boordevol uitgekristalliseerde meningen, oftewel vooroordelen, waardoor ze zich maar moeizaam door een tekst laten overrompelen, laat staan tot reflectie komen. Ze hebben 'leesvrees' ontwikkeld (een soort watervrees maar dan om zich in een tekst te begeven) en beperken zich graag tot oordelen en consumeren.
En zo doelde Lewis niet alleen op de dood van de auteur als schepper, maar ook op de dood van de interpreterende, oordelende of consumerende lezer. We moeten onze leesvrees zien te overwinnen en ons laten onderdompelen in de tekst, ons direct door de tekst laten aanspreken,alsof die onze eigen leefwereld betreft. Nadat je 'knocked flat' bent, sta je op als een ander mens. Je hebt iets ontvangen, iets tot je laten doordringen, waarover je bent gaan reflecteren, waardoor je een ander mens bent geworden, waardoor je een nog onbekende kant van het leven of van jezelf hebt ontdekt.
Of het toeval was of synchroniciteit weet ik niet, maar toen ik Lewis' essay had gelezen, vond ik tweedehands 'Voyage in the Dark' van Jean Rhys uit Dominica. Ik kocht het en las het. Verleidelijk om het te lezen als interessante informatie over het moeizame wenproces van een Dominicaans meisje in de Engelse samenleving. Of om me te verbazen over Engelse mannen die zich werpen op een naïef meisje en haar zakkig misbruiken. Of om te interpreteren... om te genieten van haar weergaloze schrijfstijl...
Maar de tekst, zo merkte ik, nodigt uit tot existentieel lezen. Daarom is het een goede tekst, zou Lewis zeggen. De tekst ging me niet in de koude kleren zitten. Toen ik het uit had, zag ik veel dingen anders. Ik las haar laatste alinea over, die met de woorden eindigt: 'to start all over again'. De woorden kwamen op me af als een uitdaging. Illustreerden zij niet precies wat Lewis bedoelde? Lezen van een goede tekst maakt de lezer tot een ander mens. Nodigt uit om opnieuw te beginnen. Om te lezen kan je de bedoelingen van de auteur laten voor wat ze zijn. Idem dito je eigen smaak en vooroordelen. Wat je nodig hebt is durf om in de tekst te duiken.



Ars Poëtica.

Programma

Weet ik veel hoe poëzie eruit
moet zien. Niet dat statische,
dat uniforme. Daar hou ik niet
zo van. Dezelfde toon herhaald
tot in den treure, en dat dan
'vormvastheid' noemen, of 'een
eigen stem', dat soort gelul.
Nee daar hou ik niet zo van.

Geef mij dan maar het favoriete
snoepgoed uit mijn jeugd. De
toverbal. Je zuigt en zuigt
maar, telkens komen er andere
kleuren te voorschijn en voor
je 't weet, heb je helemaal
niets meer. Dát is het, vind
ik. Zoiets. Ongeveer.

Tom Lanoye

Hanestaart, 1990

Letra

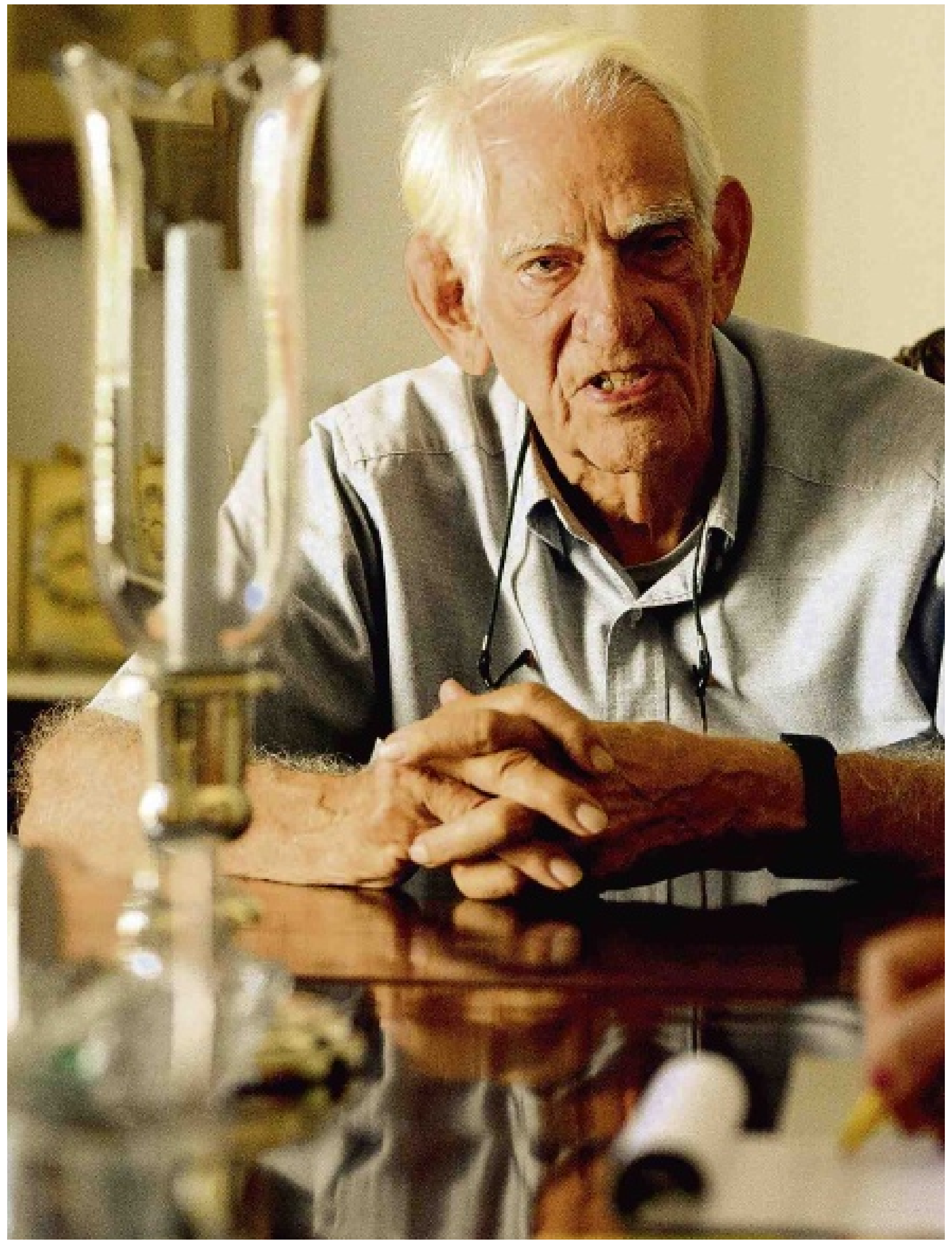
Bocas Literatuurfestival
Voor de Bocas Literatuurprijs waarvan de winnaar jaarlijks tijdens het festival in Trinidad op 2 mei bekendgemaakt wordt, is een longlist opgesteld. Er zijn drie categorieën: fictie, poëzie en literaire nonfictie.
De poëzie-selectie bestaat uit werk van Vladimir Lucien (Sounding Ground, reeds eerder in de Ñapa besproken), Tanya Shirley (The Merchant of Feathers, ook reeds hier besproken) en van Kei Miller, The Cartographer tries a Map a Way to Zion, een discussie in dichtvorm tussen een Europese kartograaf en een Jamaicaanse rasta, over de geschiedenis van Jamaica. Ze begrijpen elkaar soms en soms toch niet. Ze spreken over de wereld zoals die is, een corrupt en verwarrend Babylon en de onuitroeibare hoop op een menselijker Zion. Kei Miller is zowel opvallend origineel en opvallend vriendelijk.
Vorig jaar was hij de winnaar van de Bocas non-fictie prijs. Alle drie dichters zijn jonger dan 40.
De fictielijst bevat een historische roman van Marlon James: A Brief History of Seven Killings, over Jamaica in de jaren 70 en de mislukte poging om Bob Marley uit de weg te ruimen. De internationale politiek komt regelmatig om de hoek kijken. Monique Roffey (die in 2013 de Bocas hoofdprijs ontving), mag wederom meedingen met haar House of Ashes, een historische roman over de golf van geweld die Trinidad teisterde in 1990. Dat was naar aanleiding van een poging tot staatsgreep. In de roman probeert zij de sociale oorzaken in kaart te brengen. Land of Love and Drowning werd door Tiphanie Yanique uit de Virgin Islands geschreven. Een magisch-realistisch verhaal over een familie met veel geheimen tegen de achtergrond van een klein eiland waar iedereen elkaar kent en in de gaten probeert te houden.

Op de non-fiction lijst is er ook een familierelaas, Not for Everyday Use van de Trinidadiaanse Elizabeth Nunez dat begint met een verslag van het overlijden van haar moeder. Dat overlijden is aanleiding om de familiegeschiedenis van migratie en ambitie om hogerop te komen te reconstrueren. Aandacht is er vooral voor het prijskaartje wat aan die ambitie hangt. Dorbrene O'Marde uit Antigua vertelt in King Short Shirt: Nobody Go Run Me de geschiedenis van de beroemdste calypsonian van het eiland, die een belangrijke rol speelde toen het onafhankelijk werd. Olive Senior, de bekende dichteres uit Jamaica schreef Dying to Better Themselves: West Indians and the Building of the Panama Canal. Een titel die aangeeft waarover het boek gaat: de paradox van de zogenaamde vooruitgang, uit de tijd vlak voor de grote 'vrijwillige' migratie naar het Caribische gebied.
Voor iedere categorie is een aparte jury. De samenstelling is bont internationaal met slechts enkele Caribische leden, zoals Pamela Mordecai uit Jamaica en Silvio Torres-Saillant uit de Dominicaanse Republiek. De jury voor de finaleprijs wordt gevormd door Marjorie Thorpe uit Trinidad en Austin Clarke uit Barbados. De finale jury zal het dit jaar vermoedelijk niet zo moeilijk hebben: de winnaar van de poëzieprijs zal de grote kanshebber voor de hoofdprijs zijn.

Sergio Leon 'godfather van de verloskunde'

Geboren en getogen op Curaçao en in de wereld van de verloskunde wordt hij de 'Godfather van de verloskunde' genoemd. Thans is er een boek met de titel 'Anyway' geschreven over zijn leven als gynaecoloog, maar ook als gewoon mens. Een kwajongen die de wereld ontdekte toen hij jong was en nu op 83-jarige leeftijd de wereld ontdekt heeft.

Tekst: **Judice Ledeboer** Foto's: **Ken Wong**



Hij vindt het maar niets al deze 'eer'. Toch is het boek er gekomen. Jeannette van Ditzhuijzen mocht het leven van deze erudiete persoon beschrijven. De jaren die hij in Amerika heeft gestudeerd, zijn werkende leven als gynaecoloog op Curaçao, de cultuur en de mensen van het eiland. Al deze facetten hebben dr. Sergio Leon gemaakt tot de persoon die hij is, die op velen een onuitwisbare indruk heeft gemaakt door hoe hij is, sprak, kennis overdroeg, omging met zijn patiënten en zich inzette voor goede zorg op Curaçao.

We worden ontvangen in zijn landhuis 'De Goede Hoop'. Daar woont Leon al meer dan 50 jaar. Als je het huis inloopt is het alsof de tijd 50 jaar is teruggezet. Een I-pad op een kastje verraadt de tijd waarin we nu leven. Sergio Leon is bereid met de Ñapa te praten over zijn boek, maar toch vindt hij al die aandacht wel erg veel. Echter, zittend aan de tafel in de eetkamer, waar vijf generaties Leon aan hebben gezeten, voelt hij zich op zijn gemak en vertelt over de tijd dat hij als kleine jongen op zijn fiets naar huis reed en zijn vader al wist dat hij onderweg was voordat hij thuis was 'omdat er sociale controle was'.
En hij vertelt over zijn leven als gynaecoloog. In de jaren 60 was hij de enige gynaecoloog in overheidsdienst. In die tijd had naar schatting 60 procent van de bevolking recht op vrije geneeskundige behandeling van overheidswege. Nu is hij gynaecoloog in ruste, maar hij houdt nog steeds dagelijks de nieuwste ontwikkelingen wereldwijd op het gebied van gynaecologie bij. Hij is ook zeer uitgesproken over bepaalde ontwikkelingen in het verleden en heden binnen de samenleving van het eiland. Toen hij na zijn studie in de Verenigde Staten terugkwam naar Curaçao vond hij dat de verloskunde op het eiland 'nog in het stenen tijdperk' verkeerde.

Initiatiefnemer om het leven en gedachtegoed van Leon niet verloren te laten gaan is Hajo Wildschut. Hij heeft een speciale binding met Curaçao omdat hij er in het verleden als student, co-assistent, arts-assistent, en chef de kliniek werkzaam is geweest. Hij promoveerde op perinatale sterfte op Curaçao. Momenteel is hij gynaecoloog in Hoorn in Nederland. Met nadruk zegt hij dat hij dankzij de lessen en de gesprekken die hij met dr. Leon had, 'vooral 's nachts', de arts is geworden die hij nu is. "En velen met mij", vertelt hij. "Er zijn tientallen artsen, gynaecologen en andere specialisten hier door Sergio Leon begeleid en opgeleid. Er zijn er zelfs een aantal hoogleraar geworden. Wij waarderen hem zeer binnen onze beroepsgroep."

"Elke zwangerschap, ook als het goed gaat, is een gok"

De manier van overbrengen van kennis, zoals Leon dat deed, was voor veel co-assistenten en arts-assistenten anders dan ze in Nederland gewend waren. "We hebben veel aan hem te danken. Hij leerde ons naar de totale patiënt te kijken en om een bredere aanpak in te zetten bij de behandeling van patiënten."
Vanaf 1964 was er al een band met de Rijksuniversiteit Groningen en dat werd nog hechter in 1967 toen de Naskho (Nederlands Antilliaanse Stichting voor Klinisch Hoger Onderwijs) werd opgericht.
Vanuit deze stichting vonden er uitwisselingen plaats tussen Nederlandse en Curaçaose artsen en artsen in opleiding en Wildschut ziet dat als een zeer positieve bijdrage aan het begrijpen van de culturen van beide landen. "Wij leerden hier niet alleen over verschillen tussen de cultuur in Nederland en Curaçao, maar we leerden ook over ziektes die hier meer voorkomen. Die gelaagdheid vind ik intrigerend."
Sergio Leon studeerde in de VS medicijnen. Na een aantal jaren ging hij terug naar zijn geboorte-eiland. Om zijn vader een plezier te doen, zegt hij zelf. "En toen ben ik gebleven." Volgens hem heeft Amerika een grote invloed op de geneeskunde. Wildschut: "De Amerikaanse en Europese scholen zijn totaal verschillend. In Amerika wordt er veel kritischer gekeken en dat heeft Leon ons ook geleerd en dat hebben wij weer overgebracht naar Nederland." Hij noemt als voorbeeld de behandeling van zwangerschapsvergiftiging, die in Amerika heel anders werd behandeld dan in Nederland. "Maar niet alleen nieuwe methodes leerden we van hem. Hij was en is zelf ook heel nieuwsgierig en verdiepte zich altijd in nieuwe ontwikkelingen. Zo kregen we vanuit Amerikaanse, Antilliaanse en Nederlandse context kennis mee. Deze combi van factoren vind ik zo fascinerend en hier moesten we iets mee doen."
"Dr. Leon hield altijd de literatuur bij. Dat was de prikkel. Hij deed vroeger ook alles zelf. Hij maakte overal foto's van, ontwikkelde die en gebruikte die voor zijn werk. Hij prikkelde ons dat ook te doen."
Leon: "Vandaag de dag druk je op een knop en alles verschijnt op een scherm. Ik maakte foto's van een vleesboom die ik had weggehaald en liet deze dan aan de patiënt zien. Kijk, dit heb ik weggehaald. Door nieuwe technieken verandert er echter zo veel. Iedere tien jaar is ons vak weer een nieuw vak."

Geboorte nog steeds een wonder

Leon heeft 35 jaar als gynaecoloog in de ziekenhuizen op Curaçao gewerkt en toen hij wegging was alles anders, vertelt hij. Na al zijn ervaring en kennis over zwangerschappen en geboortes vindt hij het nog steeds een wonder als een baby gezond ter wereld komt. "Ik zie het als een lot uit de loterij", zegt hij. "Elke zwangerschap, ook als het goed gaat, is een gok. Er kunnen altijd problemen tijdens de zwangerschap ontstaan en ook bij de geboorte. De gevolgen daarvan kunnen lichte vormen van hersenbeschadiging zijn en dat gebeurt soms bij pasgeboren baby's. Die kinderen hebben heel veel moeite met de lagere school. Er wordt veel te weinig gekeken naar de sociaal-emotionele aspecten waaronder een baby tijdens de zwangerschap moet groeien en geboren wordt. Op Curaçao wordt er niet over gesproken. Wat is het historische verleden van de vader en moeder? Er zijn ziektes die erfelijk worden doorgegeven. Bij een veestapel wordt er gekeken naar de beste stier en koe. Bij mensen heb je dat niet. Een vader en moeder zijn, bijvoorbeeld, beiden diabeet. Dan kan je toch geen vijf kinderen krijgen? Die kinderen hebben een zeer grote kans ook diabeet te worden. Daar staat niemand bij stil."

Er zijn tientallen artsen hier door Sergio Leon begeleid en opgeleid

Volgens hem is er thans wereldwijd een trend gaande dat er vanaf het begin van een zwangerschap goede begeleiding nodig is en goede instructie wordt gegeven aan de moeder waar ze op moet letten, hoe ze moet eten bijvoorbeeld en er wordt gekeken naar erfelijkheidsoverdracht van een ziekte aan het kind. Hij juicht dat toe en kijkt met lede ogen naar de situatie op Curaçao in de laatste 65 jaar.

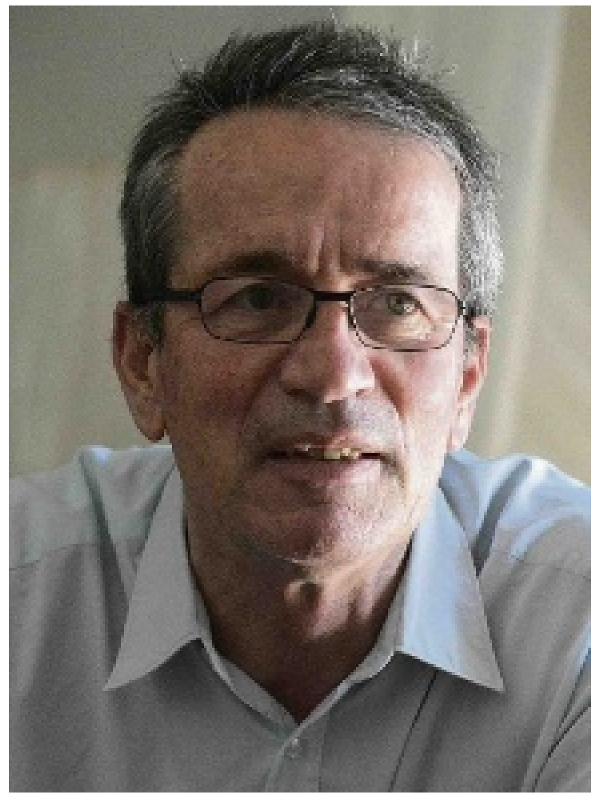
Maatschappelijke problemen

Leon is ook zeer uitgesproken over de gevolgen van deze sociaal-emotionele en maatschappelijke problemen binnen de samenleving op het eiland en zegt daarover: "Er wordt altijd gepraat over ons onderwijs dat niet goed is, maar het product dat onderwezen moet worden is het probleem. Dat komt door het ontbreken van goede begeleiding voor, tijdens en na de zwangerschap maar ook later op school. Kinderen komen naar school met een talent dat ze hebben. Als ze goed begeleid worden kan dat talent zich ontwikkelen, maar ze worden niet begeleid. We moeten niet alleen metselaars hebben, maar we hebben kinderen nodig die een vliegtuig kunnen besturen. En er is nooit een onderzoek gedaan naar het waarom en achtergronden van onze volle gevangenis." Tijdens zijn werkzame leven, maar ook nu nog houdt dr. Leon zich bezig met deze problematiek.

Volgens Leon was in de jaren 60 de verloskunde op Curaçao abominabel en hebben we daar vijf decennia later nog last van. Hij toonde gedurende zijn leven vele initiatieven om de gezondheidszorg en met name op het gebied van voortplanting, anticonceptie, zwangerschap en verloskunde te verbeteren. Diverse organisaties werden door hem opgericht, waarvan de Stichting Famia Plania één van de meest toonaangevende organisaties is die het gedachtegoed van deze bijzondere arts hoog in het vaandel heeft staan: preventie. Nog steeds is deze stichting actief.
De dokter vertelt graag over zijn leven. "Al onze ervaringen zijn de blokken van ons leven. Als je met de goede mensen omgaat is dat bepalend voor je leven. We hadden vroeger in onze gemeenschap veel meer sociale controle. Ik ben ook streng opgevoed, met discipline. En de leraar hield structuur in de klas." Hij heeft daar veel van geleerd en heeft daar in zijn leven veel aan gehad. Die discipline heeft hij ook aan alle toekomstige artsen die door hem werden begeleid en opgeleid meegegeven. Wildschut: "Daar zijn we hem heel dankbaar voor."

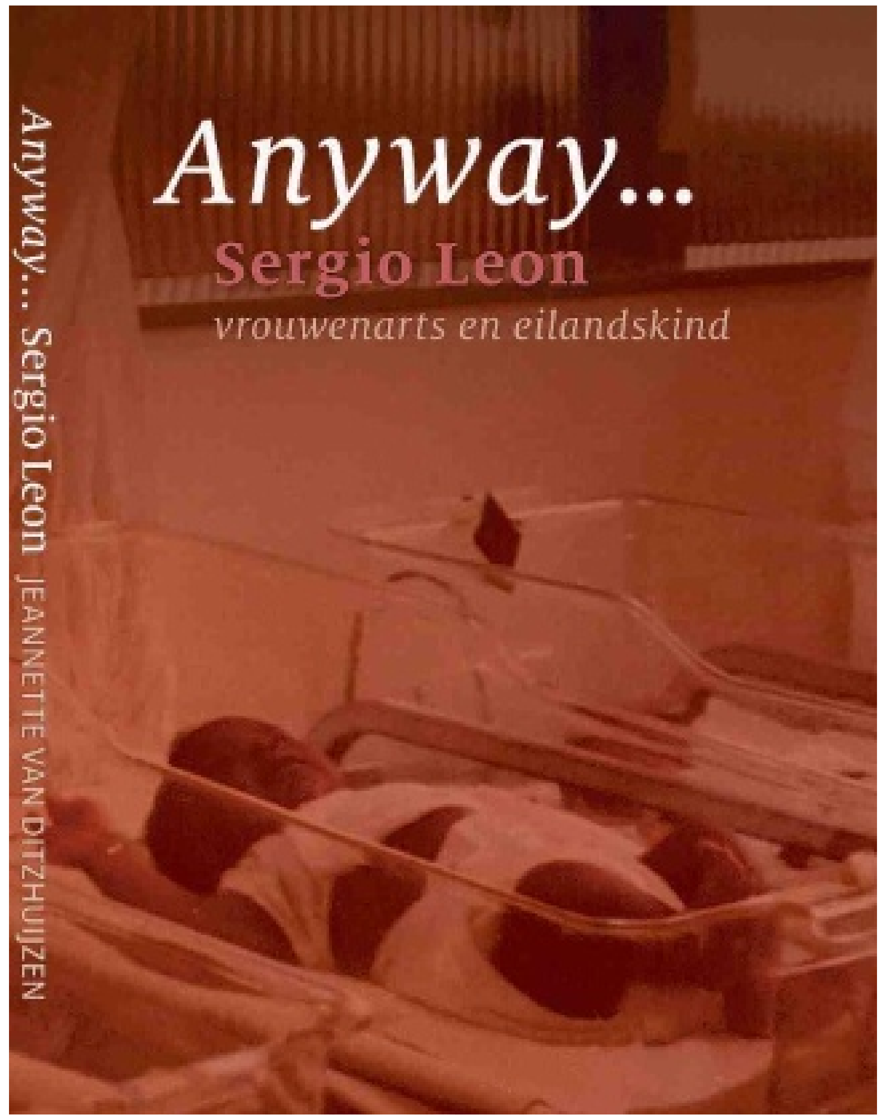
Boek als dank

Als dank is er nu het boek 'Anyway'. Schrijfster Jeannette van Ditzhuijzen zegt het volgende over het schrijven van het boek: "Het was leuk om met zijn oud-leerlingen en veel anderen die dr. Leon kennen te kunnen spreken. Iedereen was enthousiast over hem." Zij heeft het niet altijd gemakkelijk gevonden om met Leon te praten, want hij had soms zo zijn buien. "Ik heb het als heel leerzaam ervaren", zegt ze.
Het boek is niet alleen een kijkje in het leven van Leon van jonge jongen tot nu, maar het is ook een kijkje achter de schermen van een man die vanuit het diepste van zijn hart mensen, vooral vrouwen, wilde helpen om bewuster en voorzichtiger met zichzelf en het leven om te gaan. Hij is een voorbeeld voor velen geweest, niet alleen om hoe hij was als gynaecoloog, maar ook om de wijze waarop hij leefde. Dicht bij zichzelf en verbonden met de ander.



Initiatiefnemer om het leven en gedachtegoed van Leon niet verloren te laten gaan is Hajo Wildschut.

Boek 'Anyway'



Het boek 'Anyway' is een kijkje in het leven van dr. Sergio Leon van jonge jongen tot nu.

De schrijfster, Jeannette van Ditzhuijzen heeft diverse lange gesprekken met Leon gevoerd en sprak ook met familieleden, vrienden, collega's en specialisten en artsen die toentertijd naar Curaçao kwamen en onder het wakend oog van de leermeester hun verantwoordelijkheid leerden nemen als arts.
De schrijfster geeft als inleiding achtergrondinformatie over de voorouders van Leon om een beeld te schetsen hoe belangrijk het opgroeien op het eiland voor hem is geweest. Vele namen van bekende families worden door het boek heen genoemd en ook de vriendschappen die hij had en heeft met bepaalde personen, tijdens zijn jeugd, zijn studie en de rest van zijn leven. In het boek wordt ook duidelijk dat de grote liefde van dr. Leon, zijn vrouw Jerry, altijd een bijzondere rol heeft gespeeld in het leven van de dokter.
Kritische zaken over beleid in het ziekenhuis, door de overheid, de zorg in het algemeen (toen en nu) en over de dokter zelf worden niet geschuwd. Iedereen die de schrijfster heeft gesproken en die Leon kende of met hem heeft samengewerkt is vol lof en bewondering over deze gepassioneerde man, die alles wat hij deed ook tot in perfectie deed, zowel in zijn werk als privé.
Per periode worden de ontwikkelingen en werkzaamheden van Leon uiteengezet met tussen de regels door de grappen die hij uithaalde en mensen voor de gek hield. Hij vertelt wat er wel en wat er niet was. De dokter ergerde zich mateloos aan de laksheid van collega's en officiële instanties en trok gewoon zijn eigen plan, dat hem niet altijd door bepaalde groepen in dank is afgenomen, maar waardoor hij bij een andere groep mensen veel waardering kreeg.
Hij heeft veel kritiek op de mannen van Curaçao die hun verantwoordelijkheid niet nemen en vrouwen en kinderen aan hun lot overlaten met alle sociale problemen gedurende de laatste decennia, waarvan tegenwoordig de gevolgen te zien zijn binnen de samenleving.
Er wordt ook een boekje opengedaan over de gang van zaken omtrent abortus en de invloed van het katholieke geloof op het eiland op de samenleving.
Het boek leest gemakkelijk en aan het einde van het boek is het alsof je persoonlijk met dr. Leon hebt zitten praten. Het boek is geïllustreerd met zwart/wit foto's uit het leven van Leon en maken het boek nog persoonlijker. Als het boek uit is sla je het met een glimlach dicht.

Het boek is te koop via de boekhandel of door het te bestellen bij www.lmpublishers.nl

Over organiseren, ondernemen, managen en leidinggeven

Full Circle (11)

Full Circle is de titel van een nieuw boek over modern en effectief management voor nu en de toekomst dat in 2016 in de Nederlandse en Engelse taal verschijnt en de lezers van Ñapa, de wekelijkse bijlage van de Amigoe, hebben elke maand de primeur van een vervolgartikel uit het boek zoals dat naar de uitgever gaat voor de laatste aanpassingen in stijl en taalgebruik.

Tekst: **Jan de Ruijter**

In de laatste aflevering van deze serie zagen we dat de realiteit vanuit het perspectief van de medewerkers helaas nog heel sterk afwijkt van hoe alles in een organisatie behoort te gaan en dat 67 procent van de medewerkers zich overal buitengesloten voelt terwijl zij streven naar participatie en dat slechts 25 procent van de bedrijven in Amerika iets doet aan waardering en erkenning van hun personeel.

Vanuit het perspectief van managers is het huidige beeld helaas ook al negatief. Overal om mij heen vind ik managers en eigenaren die hun personeel slecht en lui vinden, dat er niet gewerkt wordt als zij zich even omdraaien of weggaan, dat het personeel tegenwoordig niet meer gemotiveerd is en eigenaren klagen alsmaar over de lage arbeidsproductiviteit van hun personeel en houden daar continu vergaderingen over met hun bedrijfsverenigingen met negatieve verslaggeving in de lokale kranten en overige media!

'Gap' steeds groter

De 'gap' wordt steeds groter en dat is te wijten aan het grote gebrek aan goed en effectief management. Er zijn absoluut te weinig goede managementinstituten, de opleidingen zijn niet up-to-date, het belang van goede managementopleidingen wordt niet goed en hoog genoeg ingeschat, de verspreiding van wat er thans bekend is over modern en effectief management is slecht, we weten inderdaad precies hoe goed en effectief management gedaan moet worden maar onze kennis daarover wordt niet goed verspreid en bekendgemaakt, de literatuur over management is nog steeds erg gefragmenteerd en behandelt overwegend deelstukjes van management met de valselijke pretentie dat de lezer een compleet managementsysteem leest.

Er is zo'n groot aanbod van gefragmenteerde managementliteratuur dat men door het bos de bomen niet meer ziet, zelfs bekwame managers vallen nog steeds terug op het oerslechte command and control en op Taylorism, iedereen wordt maar benoemd tot manager, vooral familieleden van de eigenaar, managementwerk wordt niet goed erkend en gewaardeerd en zo zijn er zeker nog vele andere redenen te bedenken waarom er zo weinig aan goed, modern en effectief management gedaan wordt. En toch ligt daar de sleutel naar de oplossing.

Goed management

Alles begint met goed management en zonder goed management lukt het in ieder geval nooit. De eigenaren en managers die zoveel klagen over hun personeel en klagen over de lage arbeidsproductiviteit moeten zich eens goed gaan realiseren dat wanneer zij 's morgens vroeg opstaan en in de spiegel kijken, zij niet hun gezicht met scheerzeep in de spiegel zien, maar... hun bedrijfscultuur. De eigenaar, de manager die 's morgens uit zijn bed stapt en in de spiegel kijkt, ziet zijn bedrijfscultuur in die spiegel. Hij, de eigenaar, de topmanager verwezenlijkt de bedrijfscultuur, bepaalt de bedrijfscultuur in zijn bedrijf en afhangend van de bedrijfscultuur zijn de resultaten goed of slecht. Slechte arbeidproductiviteit is een resultaat van slechte bedrijfscultuur, van een slechte managementstijl, van een slechtlopend bedrijf met command and control en ontevreden personeelsleden. En van niets anders.

De managers en eigenaren die zo klagen zijn zelf verantwoordelijk voor de gang van zaken in hun bedrijf. Goede bedrijven hebben goede resultaten. Slechte bedrijven hebben slechte resultaten. Goede managers leiden goede bedrijven, slechte managers leiden slechte bedrijven en zo simpel is dat. Het geheim ligt in management en het geheim van management ligt in bedrijfscultuur. Goede managers en goede eigenaren creëren een goede bedrijfscultuur, slechte managers kweken een slechte bedrijfscultuur. Bedrijfscultuur is de basis, de fundering van het moderne, effectieve, succesvolle bedrijf.

Gevallen uit de praktijk

De eigenaar van een bouwbedrijf op Aruba klaagt steen en been over zijn slechte werknemers. Ze zijn lui, dom, niet bereid om de extra mile te gaan, als ik me omdraai wordt er niet gewerkt maar naar muziek geluisterd. De vraag is, wie heeft die domme, luie mensen aangenomen, hoe en door wie zijn ze gescreend, hoe worden mensen geïntroduceerd op het werk, worden ze getraind, worden ze begeleid, begrijpen ze het werk, krijgen ze het juiste voorbeeld van hun eigenaar of manager, hoe worden ze behandeld, is de werksfeer prettig?

Een ander bedrijf in de administratiebranche klaagt ook al steen en been over de werknemers, dom, lui, niet geïnteresseerd, onbekwaam, begrijpen het werk niet, zijn onbeleefd tegen de klanten. Bij een onderzoek blijkt dat de manager die positie heeft vanwege zijn vriendschapsrelatie met de eigenaar maar niets en dan ook niets van die bedrijfstak afweet, het personeel de hele dag achterna zit met kinderlijke systemen van waarschuwingen geven om de angst erin te houden, dat het bedrijf een grote chaos is met een enorm personeelsverloop, maar in beide gevallen krijgt het personeel de volledige schuld. Ze deugen niet en we moesten ze eigenlijk allemaal ontslaan!

Het derde geval: in Aruba worden er momenteel door een van de leidinggevende accountantskantoren sessies gehouden over welk van de 5 bekende managementsystemen nu eigenlijk wel het beste systeem is! Dat is hen dus nog niet bekend en daar gaan we in 2015 nog eens uitgebreid over discussiëren terwijl de rest van de wereld al sedert de vroege jaren 80 van de vorige eeuw weet dat alleen het participatieve managementsysteem tot langdurig, continu en duurzaam succes kan leiden en de andere systemen niet.

Laatste voorbeeld: ik zie regelmatig discussiegroepen over People Management in en op de landen en eilanden van het Koninkrijk en heb veel van dat soort discussies aangehoord. Alle gaan deze over de slechte arbeidsprestaties en slechte arbeidsproductiviteit op de eilanden. Geen enkele herleidt het terug tot management en bedrijfscultuur! Het zijn dus van die heerlijke negatieve sessies over die slechte werknemers die overal de schuld van zijn, die de participerende managers en eigenaren het goede gevoel moeten geven dat zij niet de enigen zijn met die problemen maar er wordt niets mee opgelost.

(Wordt vervolgd)

Jan de Ruijter is bedrijfsconsultant op Aruba en te bereiken via e-mail: janderuijter@yahoo.com

Food for thought.

Kies voor biologische kip en eieren

Balletjes van kip met meer dan alleen kippenvlees. Pijnboompitten, kersen en munt zorgen voor een goede verrijking.

Tekst: **Miriam de Windt**

Gewenste voedingsstoffen: ijzer, vitamine B1. Ongewenste voedingsstoffen: vetten, cholesterol. IJzer, vitamine B1: leveranciers van deze voedingsstoffen zijn de pijnboompitten, kip, brood,ei en de munt. Pijnboompitten, dit is de grootste leverancier in dit recept. Normaliter maakt u balletjes met brood en/of ei als bindmiddel en specerijen voor de smaak. In dit geval is er eigenlijk sprake van verrijkte balletjes, met de pijnboompitten en munt. Dit recept kan een voorbeeld zijn voor balletjes van een andere soort vlees.

Pijnboompitten zijn ook een goede leverancier van vitamine E, vitamine K en niacine (van het groep B-complex) en de volgende mineralen, naast ijzer, magnesium, fosfor, mangaan, zink en koper. Vetten: worden geleverd door de olijfolie en de pijnboompitten. Zaden bevatten altijd olie. Goede oliën met onverzadigde vetzuren, Omega 3- en Omega 6- vetzuren voor uw gezondheid. 4 eetlepels olijfolie werd berekend voor de analyse. Deze hoeveelheid olie kan min of meer worden beschouwd als de aanhangende olie die na het bakken op de balletjes achterblijft en er indringt.
Cholesterol: komt van de kip en het ei in het recept. 1 Ei bevat het dubbele van het cholesterolgehalte in 400 gram kip! Met andere woorden, indien u minder cholesterol in uw voeding moet hebben, gebruik andere soorten bindmiddel om balletjes te maken. In plaats van brood bijvoorbeeld paneermeel. Misschien is stevig aandrukken van het gemalen kippenvlees al voldoende.

Kippenvlees

Kip kan een hoogwaardig voedingsmiddel zijn, ware het niet dat goedkope productie van kippenvlees verschillende ongewenste toevoegingen met zich mee brengt. Dat kip goedkoop is lijkt een voordeel, maar gezien de praktijken in de 'cafo's' (= 'confined animal feeding operations'), kan kippenvlees eerder veel negatieve gevolgen hebben voor uw gezondheid en voor het milieu.

De productie draait rond efficiency: hoe kan meer met minder geproduceerd worden. In cafo's worden de dieren, en niet alleen kip, gefokt onder ongezonde, onhygiënische omstandigheden. Op elkaar gepropt, tekort aan vitamine D (cafo-dieren zien vrijwel nooit enig daglicht) en op de koop toe... een onnatuurlijke voeding. Om verspreiding van ziektes in deze omstandigheden te voorkomen, wordt rijkelijk antibiotica gegeven. Met alle gevolgen van dien voor de mens en het milieu. Onvermijdelijk komen deze antibiotica's terecht in de grond, dus ook in grondwater en drinkwater.

Het advies is dan ook om te allen tijde te kiezen voor biologische kippen en eieren. Biologische kippen lopen vrij rond en krijgen voeding zonder genetische manipulaties. Bovendien kunnen ze zelf ook voeding scharrelen (zaden, planten, wormpjes). De kwaliteit van het vlees wordt bepaald door de voeding die de dieren krijgen. Biologische kippen hebben elk 4 vierkante meter ruimte + stalruimte. Dit is heel wat anders dan 24 kippen op 1 vierkante meter bij batterijkippen en vleeskippen. Geen wonder dat antibiotica nodig is.

Dit artikel pretendeert niet dat het gemakkelijk is om biologische kippen te krijgen. Maar het blijft wel ten zeerste af te raden om bijna dagelijks kip te eten omdat dit goedkoop is.
Maak het liefst uw eigen gemalen kip. Bij kant en klaar gemalen kip weet u niet wát er allemaal inzit. Kippenballetjes verrijkt met gezonde ingrediënten is toch een slimme oplossing om de ongewenste effecten van cafo-vlees een beetje te verhelpen.

Miriam de Windt is diëtiste en natural nutritionist.
T 889-1788
C 520-6932

Voedingswaarde voor 1 portie:

Voedingsstoffen	Hoeveelheid	% DAH
Calorieën/ kJoules	235/ 987	12 %
Natrium	142 mg	7 %
Eiwitten	20 g	20 %
Kalk	26 mg	4 %
Vetten	14 g	21 %
IJzer	1,5 mg	10 %
Verzadigde vetten	1 g	5 %
Vitamine A	23 mg	3 %
Cholesterol	41 g	15 %
Vitamine B1	0,23 mg	23 %
Koolhydraten	9 g	4 %
Vitamine B2	0,09 mg	7 %
Voedingsvezels	2 g	7 %
Vitamine C	3 mg	4 %

De percentages zijn berekend op basis van 2000 calorieën (8400 Kjoules) per dag, voor een gezonde volwassene.

Kook mee met May.

Ingrediënten:
400 gram gemalen kip
1 ui, geschild en heel fijn gesneden
3 tenen knoflook, gepeld en fijn gehakt
50 gram gedroogde zure kersen, gehakt
50 gram pijnboompitten, grof gehakt, licht geroosterd
1/2 theelepel Hongaarse paprika
snufje allspice
snufje kaneel
2 sneetjes witbrood zonder korst geweekt in wat melk
1 ei, losgeklopt
klein bosje verse munt, fijn gehakt
zout en vers gemalen zwarte peper
Olijfolie om te bakken

Bereidingswijze:
De gemalen kip mengen met de ui, knoflook, kersen, pijnboompitten en kruiden.
Het brood uitknijpen en met het ei toevoegen. Goed mengen, dan de munt, zout en peper naar smaak toevoegen.
Van het mengsel kleine balletjes rollen. In een braadpan de balletjes bakken in een laagje olie. Niet allemaal tegelijk! Van tijd tot tijd keren tot ze bruin en gaar zijn. Ongeveer 10 minuten.Warm of op kamertemperatuur serveren.

Voor 6 personen

Eet smakelijk,
May

‘Taboe op horen van

Marius Romme (Amsterdam, 1934) en Sandra Escher (Den Haag, 1945), trouwe Curaçaogangers, hebben hun leven gewijd aan ‘stemmenhoorders’: mensen die ongewild stemmen horen in hun hoofd. Hun vooruitstrevende ideeën hierover dragen ze over de hele wereld uit, ook op Curaçao.

Tekst: **Ko van Geemert**

Op het horen van stemmen rust nog steeds een taboe. Dat zou niet zo moeten zijn, vinden Romme en Escher. Bovendien deugt naar hun oordeel de aanpak van de meeste hulpverleners niet.

Marius Romme, psychiater, was 25 jaar hoogleraar sociale psychiatrie aan de Universiteit van Maastricht, de medische opleiding.
Sociale psychiatrie houdt zich bezig met de studie naar de relatie tussen problemen in de geestelijke gezondheid en wat er in iemands leven gebeurd is of nog steeds gebeurt. In 1985 begon hij met een serieuze studie naar stemmenhoorders.
Sandra Escher was aanvankelijk journaliste die in Maastricht kwam werken om jonge wetenschappers te helpen bij het schrijven van artikelen over hun onderzoek. Door haar opleiding en werk bij verschillende uitgevers had zij de nodige ervaring in het interviewen van verschillende personen, wat zeer goed van pas bleek te komen in de onderzoeken met stemmenhoorders. Haar beginpunt was de communicatie en niet de theorie. Het boeide haar zo dat ze promoveerde op een uniek onderzoek naar kinderen die stemmen horen. Zij volgde de kinderen drie jaar, in deze tijd raakte 60 procent van hen de stemmen kwijt.
Romme: “Mensen zijn vaak bang om er voor uit te komen dat ze stemmen horen. En dat is ook niet zo verwonderlijk als je bedenkt dat, wanneer je het vertelt, je maatschappelijk gediscrimineerd kunt worden. Zo zijn er stemmenhoorders die geen lening konden krijgen of hun rijbewijs niet mochten halen.” Escher vult aan: “Misschien dat vrouwen er eerder mee naar buiten komen dan mannen. Mannen zijn wellicht bang op het werk niet meer serieus te worden genomen, dat zal er wel mee te maken hebben. Overigens komt het voor bij jong en oud, man en vrouw, en er zijn mensen die één of meer stemmen horen - er zijn talloze variaties.”

Beiden ontwikkelden een nieuwe aanpak, die door de niet aflatende inzet van de twee, langzaam maar zeker, terrein wint wereldwijd.
Romme: “Het begon zo: In mijn praktijk als psychiater had ik in 1985 een kritische patiënte. Ze was niet tevreden met de vooruitgang die ze wilde boeken, ze wilde graag leren omgaan met haar stemmen. Ze werd er erg door gehinderd en werd steeds eenzamer, zelfs suïcidaal. Deze vrouw hoorde stemmen die veel van haar eisten. Ze mocht heel veel niet. Ik wist eerlijk gezegd toen nog niet hoe je iemand kon helpen met de stemmen te leren omgaan. Sandra kwam met het idee om het verhaal in een tv-show te vertellen, dan kom je tenslotte in elke huiskamer. In Sonja op Maandag vertelde ze over haar stemmen, ik zei dat de psychiatrie geen zinvol antwoord had. In de show hebben we aangegeven dat we graag in contact zouden komen met mensen die wél met hun stemmen overweg konden. Er kwamen tot onze verrassing, de telefoon stond roodgloeiend, ruim 700 reacties op de uitzending. Een aantal mensen gaf aan met de stemmen overweg te kunnen. Van hen hebben we veel geleerd en dat heeft ons aangezet tot verder onderzoek.”

Andere benadering

“De andere benadering is de stemmen accepteren, niet om wat ze zeggen, maar als stemmen die zich heel persoonlijk tot jou richten of over jou praten. In het begin zijn de stemmenhoorders vooral bang voor ze en willen ze kwijt. Maar dat is een beginfase die te overwinnen is.”
“Stemmen horen is op zichzelf geen uiting van gekte of een symptoom van een ziekte. Ze zijn een menselijke variant en komen bij veel meer mensen voor dan de meesten van ons denken. Trouwens, heel veel stemmenhoorders hebben er geen last van, integendeel, ze kunnen door hen worden geadviseerd en gestimuleerd. Het is bekend dat sommige schrijvers er baat bij hebben bij het beschrijven van hun personages.”
“Maar je kunt er wel ziek van worden, wanneer ze je angst aanjagen en volledig de baas willen zijn, veel kritiek uiten en je machteloos maken. En ook wanneer ze je proberen aan te zetten tot agressie of om jezelf iets aan te doen. Ze zijn een reactie op wat je hebt meegemaakt in je leven en de emoties die daar het gevolg van waren en die te heftig zijn om mee om te gaan.”
“Herstellen kan, door erover te leren praten, door ze te leren accepteren en ermee te leren omgaan, door de macht terug te nemen en je gevoelens weer als je eigen gevoelens te herkennen. Kortom, door je relatie met hen te veranderen. Over ze leren praten kan het beste in stemmenhoordersgroepen, want dat is een veilige, accepterende omgeving van mensen met dezelfde ervaring.”
“Sandra Escher had een grote inbreng in deze benadering. Zij was, als journaliste, bij uitstek nieuwsgierig naar het verhaal van mensen. Zonder haar zou het onderzoek waarschijnlijk ook niet buiten de wereld van de universiteit zijn gekomen.”Het wordt tijd voor wat voorbeelden. We kiezen er willekeurig twee uit het boek van Romme, Escher en anderen, Leven met stemmen. “25 Jaar onderzoek toont aan dat de ervaring stemmenhoren geen uiting van ziekte is maar een reactie op problemen. In dit boek beschrijven 50 stemmenhoorders hun herstelproces.”

stemmen onterecht'

Henriette is 47 en getrouwd. Twee bedreigende mannenstemmen zaten een jaar of vijf in haar hoofd, haast iedere dag. Ze kon niet verdragen dat haar man haar aanraakte, want dat mocht niet van de stemmen. Met oversteken moest ze aangereden worden, als iemand achter haar liep, dan had die het op haar voorzien. Op het laatst durfde ze niet meer op straat. Bij het nagaan van de aard van de stemmen en hun geschiedenis bleken ze samen te hangen met een onverwerkte seksuele misbruikervaring. Dankzij de bemoediging van haar man en haar eigen vastbeslotenheid niet langer patiënt te willen zijn, koos zij weer voor haar eigen leven: 'Ik heb geen last van stemmen meer. In het begin miste ik dat. Ik voelde me leeg en alleen. Maar nu heb ik wat ik wil zijn en wilde hebben weer teruggekregen. Ik heb het gevoel er weer te zijn.'

Stewart is een 34-jarige alleenstaande man. Zijn stemmen begonnen zich te laten horen toen hij 14 was. Zijn ouders lagen in scheiding, zijn grootouders overleden, zijn broer was, dacht hij, ten dode opgeschreven en tot overmaat van ramp kreeg hij ook nog problemen op school en werd hij gepest door de klassenvertegenwoordiger. Op zeker moment begon hij allerlei stemmen te horen: van de pestkop die hem voor alles uitschold en hem opdroeg dingen te doen, van zijn broer, van zijn moeder en van zijn oma. Acht stemmen in totaal. Stewart belandde in een psychiatrisch ziekenhuis.
Twee mensen zorgden voor een keerpunt in zijn leven: een begripvolle maatschappelijk werkster en een mede-stemmenhoorder, die ondanks dat ze stemmen hoorde een voorbeeld voor hem was van doorzettingsvermogen. Dat zette hem aan om de macht van de stemmen terug te nemen, en zijn eigen keuzes te maken.
Stewart: 'Toen ik eenmaal was begonnen wat meer van mijn leven te maken, was dat ook heel wat voor me, iets als een gevoel van eigenwaarde hebben. (...) Ik herinner me nog de eerste keer dat ik echt het gevoel had dat ze (de stemmen) gestopt waren; dat was vreemd, het was alsof ik een speld kon horen vallen.'

Congressen

Romme: "We hebben een interviewmethode ontwikkeld waarin de verschillende aspecten van de ervaring van stemmenhoren worden nagegaan. In het leren omgaan met stemmenhoren kunnen drie fasen worden onderscheiden: de verwarringsfase, waarin een gevoel van angst en overweldiging domineert, de organisatiefase, waarin de belangstelling voor deze ervaring wordt ontwikkeld en de stemmenhoorder naar meer informatie gaat zoeken, en de stabilisatiefase, waarin iemand herstel vindt van zijn of haar eigen mogelijkheden en vaardigheden, onder het motto: Leef je leven, niet je stemmen! Iedere fase vereist zowel van de stemmenhoorder als van de hulpverlener een andere benadering. Hulpverleners gaan over

Marius Romme en Sandra Escher in hun huis op Curaçao.

het algemeen helemaal niet in op de ervaring van stemmenhoorders. Niemand vraagt bijvoorbeeld wanneer de stemmen zijn begonnen. Ze denken: je maakt de mensen er maar chaotisch van, dat ksn je beter maar niet doen. En dan wordt er maar al te vaak het etiket schizofrenie opgeplakt en worden er medicijnen voorgeschreven."

"Terwijl je juist wel moet luisteren. Gebleken is dat de meeste stemmenhoorders te maken hebben met traumatische ervaringen uit hun jeugd: seksueel misbruik, emotionele verwaarlozing, adolescentenproblemen als onzekerheid en stress, gepest zijn en lichamelijke mishandeling."

"Psychiaters en andere hulpverleners weten geen raad met stemmenhoorders en eigenlijk geloven ze ze ook niet. Wij willen door die interviews aan de weet komen: hoe is iemand, wat is het verband tussen de aard van de stemmen en de gebeurtenissen in iemands leven. Terwijl de meeste deskundigen bevestigd willen zien wat ze toch al dachten, dat het gaat om een onbegrijpelijke gedachtenloop. Het is een kwestie van houding."
"Over de hele wereld worden we uitgenodigd op congressen om onze aanpak toe te lichten. Daarbij richten we ons primair op de stemmenhoorders zelf, de mensen dus die er zelf wat aan kunnen hebben."

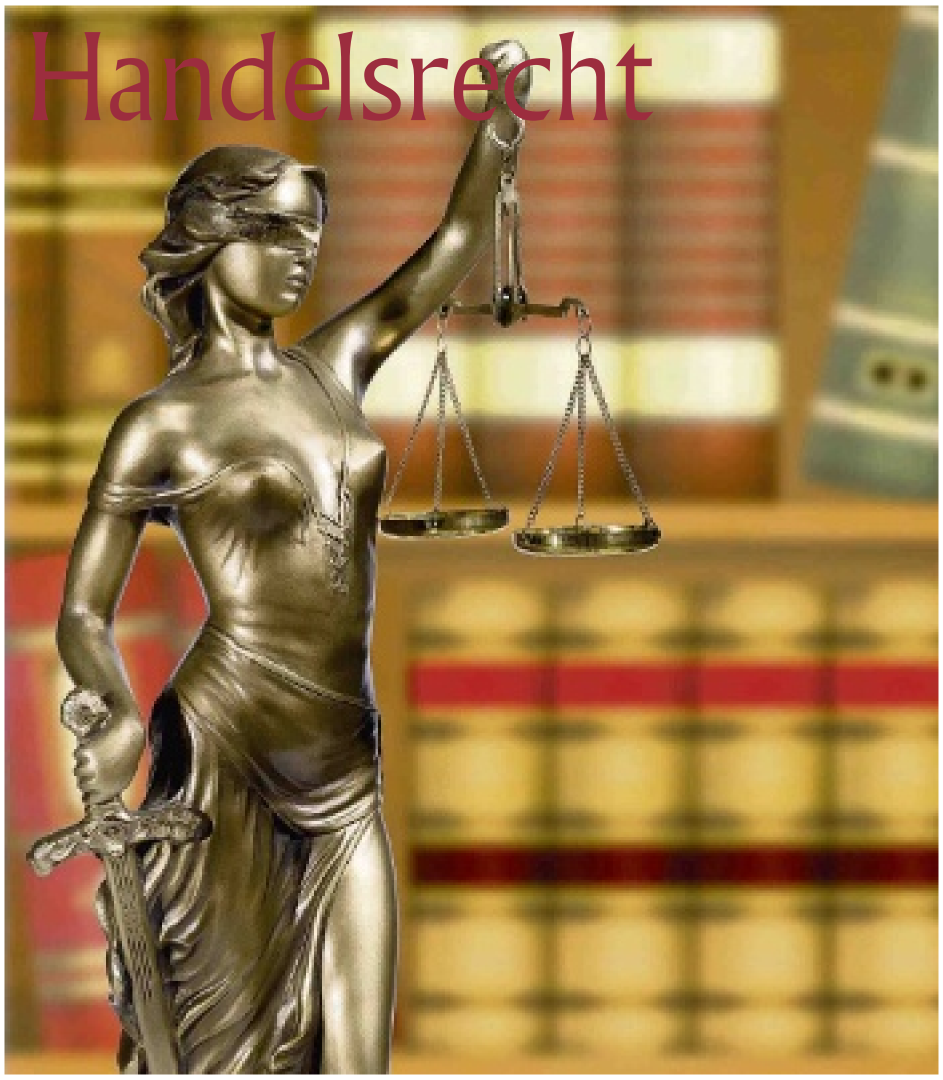
Curaçao

In 2005 kwamen Escher en Romme voor het eerst op Curaçao. Het beviel zo goed dat ze besloten hier een huis te laten bouwen. In 2008 was het gereed, in de buurt van het Livingstone resort, dat hun eerste adres op het eiland was geweest. En ook op Curaçao brachten ze het horen van stemmen onder de aandacht.
Romme: "Een jaar of twee geleden organiseerden we, samen met antropologe Ieteke Witteveen, een lezingencyclus, die goed bezocht werd, het was bomvol zelfs. We gaven ook stemmenhoorders de mogelijkheid om ons te ontmoeten, maar niemand kwam."
Escher: "Het zou kunnen dat de schaamte hier nog groter is dan bijvoorbeeld in Nederland. Toch weet ik dat hier ook stemmenhoorders zijn, met een enkele heb ik ook wel contact gehad. Het zou zo goed zijn wanneer ze samen een groep zouden kunnen vormen. Tot nu toe is dat helaas niet van de grond gekomen, maar wie weet na dit artikel..."

Meer informatie: www.levenmetstemmen.nl

Het boek Leven met stemmen, 50 verhalen over herstel (2012) is te bestellen bij Stichting Leven met stemmen, via de e-mail info@levenmetstemmen.nl

Wie direct met Sandra Escher en Marius Romme in contact wil komen, kan mailen naar: a.romme.escher@gmail.com



Het belang van de ingebrekestelling

Een van mijn eerste zaken bij SMS Attorneys at Law betrof het verzenden van een ingebrekestelling aan de wederpartij die mijn cliënt betaling verschuldigd bleef. In deze zaak ging het om een aannemersbedrijf dat het overeengekomen bouwproject naar tevredenheid had afgerond voor de opdrachtgever, maar niet betaald werd voor het gedane werk. Tot een gerechtelijke procedure kwam het in dit geval niet.

Tekst: **Didi M. Wildeman**

Kort na het verzenden van de ingebrekestelling, volgde betaling van de geldvordering van de aannemer.

Een ingebrekestelling lijkt dan ook uitkomst te kunnen bieden bij het uitblijven van betaling van een geldvordering, waarbij bovendien een gerechtelijke procedure kan worden voorkomen.

Wat is een ingebrekestelling?
De wet, meer in het bijzonder artikel 6:82 van het Burgerlijk Wetboek (BW), bepaalt dat voor het intreden van verzuim - in het algemeen - een ingebrekestelling is vereist. Een ingebrekestelling is een mededeling waarbij de partij die zijn verplichtingen uit een overeenkomst niet of niet behoorlijk nakomt, wordt gesommeerd om binnen een redelijke termijn alsnog deze verplichtingen na te komen. Aan deze mededeling stelt de wet bovendien de vereiste dat deze schriftelijk geschiedt (artikel 3:37 BW). Mondelinge gesprekken over het achterwege blijven van betaling voldoen derhalve niet aan de vereisten die de wet aan een ingebrekestelling stelt.

Niet of niet op juiste wijze
Als de ingebrekestelling achterwege was gebleven in het geval van de aannemer en direct was overgegaan tot het beginnen van een gerechtelijke procedure om betaling van zijn vordering af te dwingen, had mijn cliënt nimmer geweten of hij zichzelf de kosten van een gerechtelijke procedure had kunnen besparen. Daarnaast had de rechter de vordering op het ontbreken van een (correcte) ingebrekestelling af kunnen wijzen. Zo oordeelde het Hof te Amsterdam dat de verkoper van een woning geen vergoeding kreeg van het schildersbedrijf dat het houtwerk van de woning onder handen had genomen ten behoeve van de verkoop (ECLI:NL:GHSGR:2012:BX7332). De koper had in onderhavig geval de verkoper aansprakelijk gesteld voor de slechte status van het houtwerk van de woning. Koper en verkoper kwamen tot een schikking, waarbij de verkoper aan koper een geldsom betaalde ter reparatie van het houtwerk. Per brief trachtte de verkoper het schildersbedrijf aan de garantie op het geleverde schilderwerk te herinneren, om op die wijze de kosten voor de reparatie af te wentelen op het schildersbedrijf. In een gerechtelijke procedure vorderde de verkoper van het schildersbedrijf het bedrag voor het geleverde schilderwerk terug alsmede de kosten die hij aan de koper had betaald voor reparatiewerkzaamheden. Het Hof maakte korte metten en wees de vordering af. Reden hiervoor was dat met de brief over herinnering aan garantie aan het schildersbedrijf, niet voldaan was aan de wettelijke vereisten van een aanmaning en het gunnen van een redelijke termijn voor nakoming van de overeenkomst.

In gebreke stellen van uw contractspartij kan enerzijds een kostenbesparend effect hebben en anderzijds ervoor zorgen dat uw contractspartij wordt bewogen zijn deel van de overeenkomst na te komen. Daarvoor dient u wel de juiste weg te bewandelen. Juridische bijstand is in dergelijke situaties dan ook een aan te bevelen stap in die richting.

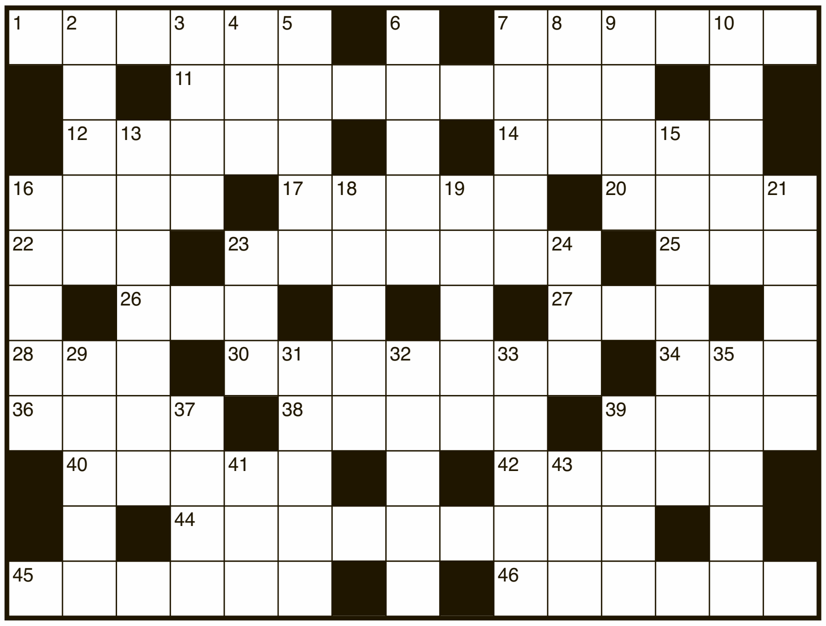
Mr Didi M. Wildeman is als advocaat werkzaam bij SMS Attorneys at Law en Legt zich onder meer toe op het Handelsrecht.

Puzzels.

PRIJSPUZZEL

HORIZONTAAL
1 Deel van een badkamer, 7 bediende, 11 vertraging, 12 de mindere (Lat.), 14 aardbol, 16 huisdier, 17 (waarde) vriend (Lat.), 20 centenbakje, 22 gelofte, 23 roofvis, 25 doek, 26 deel van een fuik, 27 aflevering, 28 luchtvaartmaatschappij, 30 garage, 34 lofdicht, 36 Griekse filosoof, 38 uitspraken van Christus, 39 Engelse titel, 40 allerlei, 42 plaats in Italië, 44 koekje, 45 binnengaan, 46 slagzin.

VERTICAAL
2 Behoeftigheid, 3 unie, 4 berg op Mindanao, 5 heilig boek, 6 deel van de rug, 7 projectiel, 8 cijfer, 9 Bijbelse figuur, 10 roofdier, 13 Amerikaanse staat, 15 ruimte voor tekst in een stripverhaal, 16 eenheid van frequentie, 18 devies, 19 autotype, 21 haast, 23 muzieksoort, 24 communicatiemiddel, 29 dooreenvlechten, 31 lansier, 32 kruisboog, 33 steekschuim, 35 toneelspel, 37 zeezoogdier, 39 kinderspeelgoed, 41 Iers Republikeins Leger, 43 inleiding.



Uit de inzendingen van de Amigoe-puzzel van vorige week is als winnaar van de weekprijs van 25 gulden getrokken:

W.Bandt
San Barbola Res. 185
Aruba

J. Steenbaar
Kaya Janthiel 19
Curaçao

De winnaar kan zijn/haar prijs na identificatie ophalen op het kantoor van de Amigoe. Curacao: Kaya Fraterna di Skèrpènè z/n tot drie uur n.m. Aruba: Bilderdijkstraat 16-2 tijdens kantooruren. Bonaire: Shon Ma Carolina, Kaya Nikiboko Noord 18.

Oplossingen moeten zowel op Curaçao als Aruba zijn ingediend op woensdag voor 12:00 uur. Gelieve duidelijk op de enveloppe te vermelden: Amigoe-puzzel. Vanuit Bonaire kan de oplossing gefaxt worden naar Curaçao: (00599-9) 767-4744.

SUDOKU

Schrijf alle cijfers 1 t/m 9 in alle verticale kolommen, alle horizontale rijen én in alle vierkantjes van 3 x 3 vakjes.

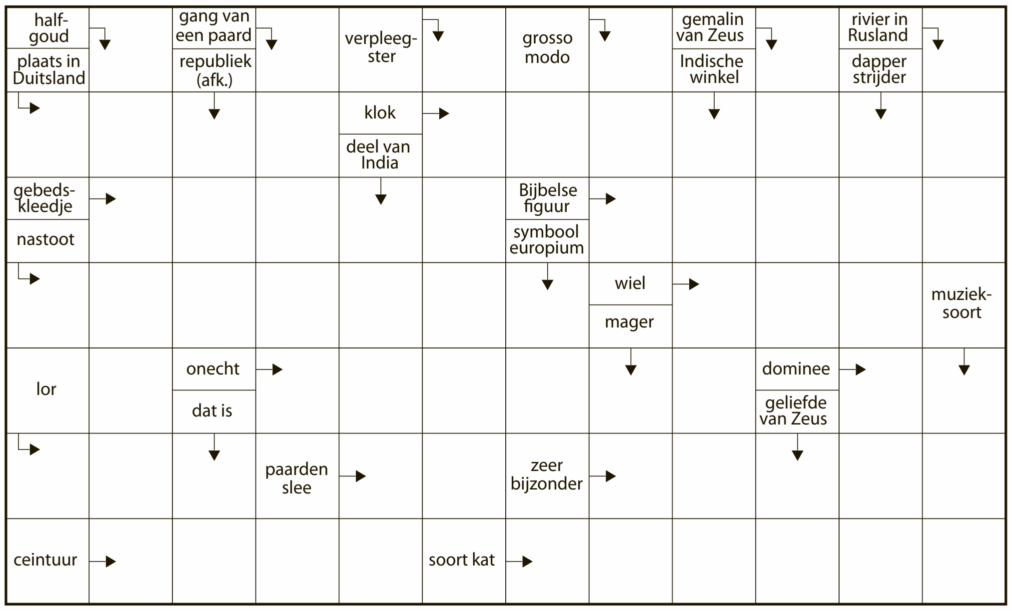
LIGHT

2				4		6		3
	4	1			6		7	9
		3	1		2			
					3	8	6	
5			9		4			
	8	2					9	5
	6			1			5	2
7			4	2		9		
		5		7				

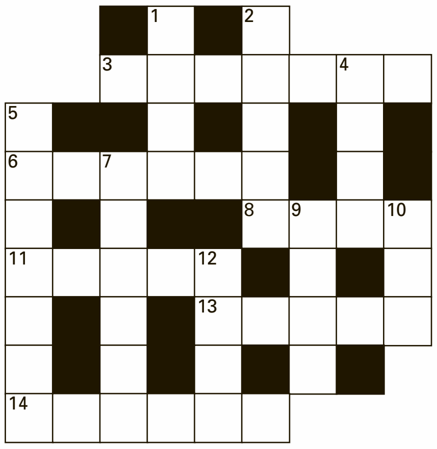
HEAVY

					9	4	7	1
					3			
	8	4	1				6	
				8	2	3		
8						7		
1			4			9		
		3		5				
						5		
		6			7			

ZWEEDSE PUZZEL



CRYPTOGRAM



HORIZONTAAL:
3. Projectiel om de poort overhoop te schieten (7); **6.** Niettemin meer volgens de werkelijkheid (6); **8.** Uitgeknepen bandje (4); **11.** Je ziet er niets van voor het venster (5); **13.** De lucht van een ronde toegang (5); **14.** De kleur van de vloot (6).

VERTICAAL:
1. Komt niet voor bij een besteller (4); **2.** Opstapje om in beweging te blijven (5); **4.** De zanger komt terug en maakt zich dik (4); **5.** Licht houtachtig gewas? (7); **7.** Geen vrolijk zeehondje (6); **9.** Wat een klier, die melkleverancier! (4); **10.** Voorheen was er roem (3); **12.** Niet laten uitvoeren (4).

WOORDZOEKER

K	E	R	S	T	M	A	R	K	T	B	R	E
Z	L	O	A	E	U	A	F	R	A	O	G	T
B	L	L	T	M	A	I	O	G	S	R	R	N
Z	I	A	C	B	P	H	N	S	U	A	E	A
E	A	R	K	A	C	O	E	T	Y	N	N	T
L	T	IJ	M	S	T	R	R	A	A	D	S	S
F	L	I	K	I	P	A	U	T	O	F	G	T
B	C	R	C	M	N	G	L	I	U	I	E	E
E	E	E	O	H	U	G	E	O	E	G	V	L
W	N	C	R	R	O	R	H	N	G	U	A	K
U	M	E	U	B	E	L	W	A	S	U	L	L
S	Y	N	A	G	O	G	E	I	M	R	S	Z
T	H	S	T	O	K	E	N	R	T	L	IJ	F
K	L	E	E	F	P	A	S	T	A	L	E	E
L	E	N	I	N	E	G	O	R	IJ	E	O	T
S	A	T	O	O	M	K	A	N	O	N	T	F

In deze mengelmoes van letters zijn al de onderstaande woorden verstopt. Streep alle woorden door. De resterende letters vormen dan regel voor regel van links naar rechts gelezen de oplossing van deze puzzel.

AFGUNST
AMICE
ATOOMKANON
BAGNO
BIRMINGHAM
BLIJKBAAR
CATALOGUS
CHOLERA
COMPRESSOR
EETGEREI
EILAT
GRENSGEVAL
HAMLET
HYMNE
KERSTMARKT
KIPAUTO
KLEEFPASTA
KLETSTANTE
LENIN
METAAL
MEUBELWAS
NEGORIJ
PORTUGAL
RANDFIGUUR
RECENSENT
STATIONAIR
STOKEN
SYNAGOGE
TAILLE
TUINTAFEL
URUGUAY
WERKSCHORT
WITLOF
ZELFBEWUST
ZIJLIJN

© Puzzelland/150321

OPLOSSINGEN VORIGE KEER

Light

8	3	2	6	4	9	7	5	1
9	5	4	7	1	2	8	6	3
7	6	1	3	8	5	4	2	9
5	2	3	9	7	1	6	4	8
1	7	8	4	5	6	3	9	2
4	9	6	8	2	3	5	1	7
6	8	5	2	9	7	1	3	4
3	4	9	1	6	8	2	7	5
2	1	7	5	3	4	9	8	6

Heavy

4	9	3	7	2	8	1	5	6
5	1	8	6	3	9	7	4	2
2	7	6	5	1	4	3	9	8
3	8	9	4	5	1	6	2	7
7	2	1	9	8	6	5	3	4
6	5	4	3	7	2	9	8	1
9	3	2	1	4	7	8	6	5
1	4	5	8	6	3	2	7	9
8	6	7	2	9	5	4	1	3

Cryptogram:
Horizontaal: 3. Pretors; 6. inzien; 8. koek; 11. smoor; 13. opzet; 14. liefde.
Verticaal: 1. Prei; 2. stank; 4. race; 5. uitstel; 7. zootje; 9. opzij; 10. kat; 12. rood.
Woordzoeker:
GRIEZELEN

Zweedse puzzel

	I		G		O		L		A		Z
K	N	A	R		B	E	A	M	B	T	E
	C	R	E	M	E		B	O	R	A	T
M	A	D	E	I	R	A		S	I	C	
	S		P	R	O	C	E	S		K	G
U	S	O		T	N		M	E	E	L	Ÿ
	O	R	D	E		V	A	L	L	E	N

Prijspuzzel

N	IJ	V	E	R		T		G		U	K	K	I	E
O			D	I	R	I	G	E	R	E	N			T
G		N	E	B		S		T		D	O	S		A
A	V	A	L		T	S	A	A	R		R	A	N	G
L	E	B		J	O	U		L	O	R		N	O	E
	T	U	T	O	R				M	E	T	E	R	
V	E	R		B	O	T		D	E	K		R	E	P
A	R	I	A		S	U	P	E	R		W	E	N	S
D		G	A	D		C		R		S	A	N		A
E			L	I	C	H	T	B	R	O	N			L
R	A	S	T	A		T		Y		S	T	R	A	M

Zweden

Een eiland met vele kleuren, geuren en gezichten. Curaçao is de ultieme mix van diversiteit in cultuur en de cijfers bevestigen dit. Maar liefst 100 verschillende nationaliteiten zijn te vinden op het eiland met allemaal hun eigen gewoontes, tradities en verhalen. Vandaag maken we kennis met Vanessa Sierra uit Zweden. Ze kwam vier jaar geleden naar Curaçao voor de liefde.

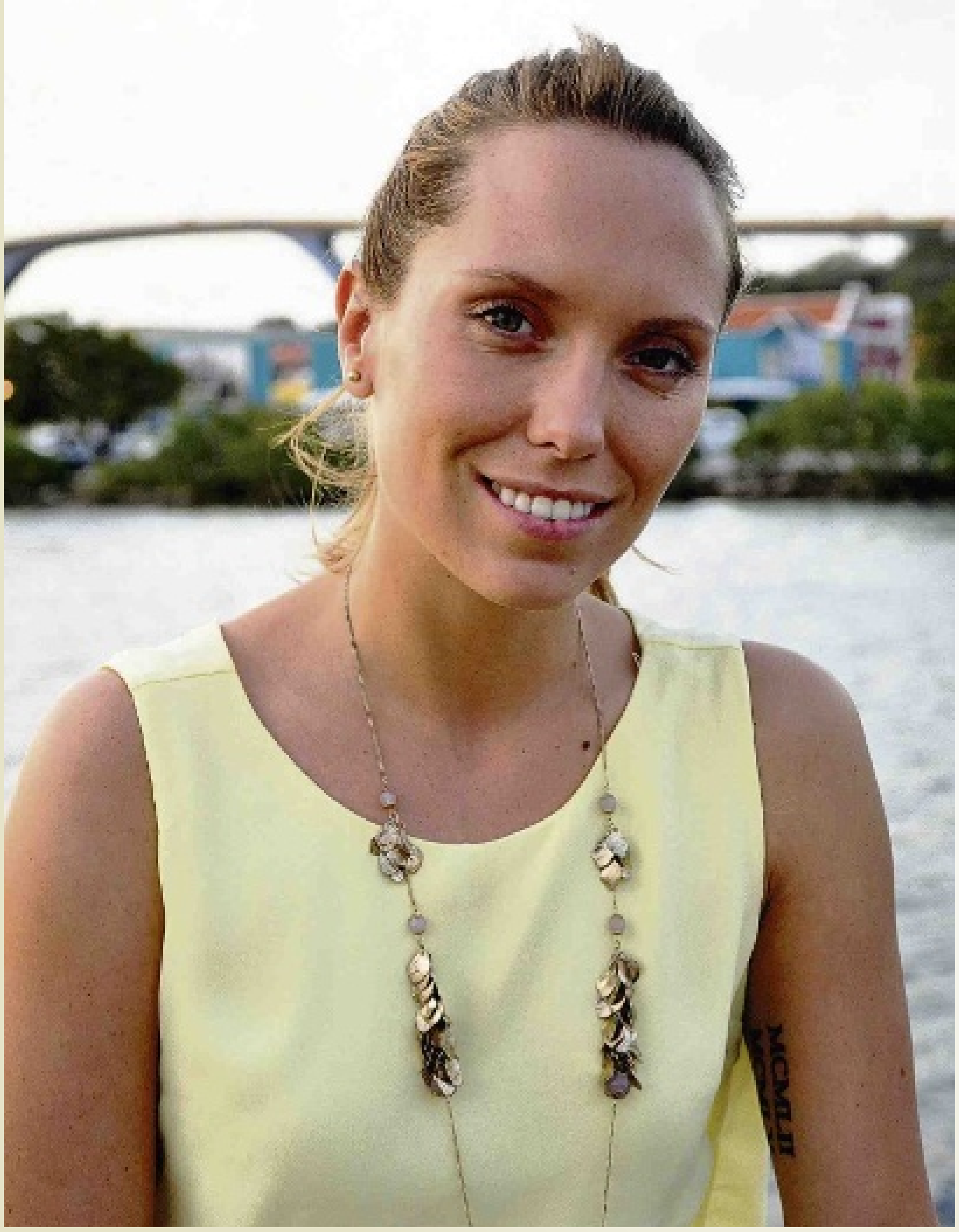
Tekst: **Elisa Koek** Foto: **Ken Wong**

Hoe is jouw Curaçao-verhaal begonnen?

"Via vrienden van mij in Zweden ontmoette ik Robbie, mijn vriend. Hij was Nederlander en had mijn vrienden tijdens een vakantie in Australië ontmoet. Toen hij hen ging opzoeken in Stockholm, kwamen we elkaar tegen. Ik vond hem erg charmant en er was een leuke klik tussen ons, maar Robbie stond op het punt te verhuizen naar Curaçao. Ik heb hem nog een keer opgezocht in Nederland en toen besloten we dat ik ook langs zou komen op Curaçao. Ik kende Curaçao niet, had er zelfs nog nooit van gehoord, maar ging hem toch twee maanden opzoeken op het eiland. De temperatuur en het genieten van het leven dat mensen hier leven, trok me meteen. Ik vond het heerlijk en na mijn studie ben ik meteen teruggegaan naar het eiland en Robbie."

Heb je je doel bereikt?

"Robbie en ik zijn nog steeds erg gelukkig samen, dus dit doel is zeker bereikt. Verder had ik weinig plannen toen ik vertrok naar Curaçao. Ik ben iemand die geniet van het leven en ik wil werk doen waar ik blij van wordt. Het draait niet om geld. Robbie en ik zijn samen 27 bar gestart en dat was heel spannend. Robbie had hier al veel horeca-ervaring en toen hij de kans kreeg een unit te huren bij Landhuis Granbeeuw hebben we die gegrepen. Door de afwisselende banen die ik heb gehad, kan ik gemakkelijk anticiperen in het bedrijf en gaatjes vullen. Inmiddels is 27 een groot succes en zijn we zelfs verhuisd naar Pietermaai. Ik denk dat er op Curaçao veel kansen liggen voor jonge ondernemers. Er is toch minder concurrentie dan in Europa en je krijgt veel hulp. Van alle kanten hebben mensen ons geholpen met 27 en dat was geweldig."



Wat mis je uit Zweden?

"De middernachtzon. Elke zomer is er een nacht dat het licht is 's nachts, het is geen echt zonlicht, maar een soort gloed over het land. In Stockholm worden dan overal evenementen georganiseerd en iedereen is buiten. Jongeren en ouderen eten vaak samen en we drinken allemaal 'snaps', een alcoholisch drankje. Iedereen is buiten feest aan het vieren en kinderen blijven vaak tot laat op. Voor hen wordt er een krans gemaakt waar omheen ze allemaal dansen op traditionele volksmuziek. De meisjes hebben een bloemenkransje in hun haar en als ze naar bed gaan, leggen ze zeven bloemen onder hun kussen. Hierdoor vinden zij hun droomman later. Ik heb het zelf ook gedaan dus wie weet heeft dit mij wel naar Curaçao geleid!'

Wat zijn de grootste verschillen en overeenkomsten tussen Zweden en Curaçao?

"Er zijn weinig overeenkomsten tussen Zweden en Curaçao. Zweden is extreem gestructureerd. Alles is tot in de details geregeld voor de bevolking. Dit heeft soms voordelen, maar ook het losse van Curaçao vind ik vaak erg fijn. Het leven is gemakkelijk en je kunt meer genieten. Ik werk hard, maar in mijn vrije tijd kan ik in de blauwe zee duiken of heerlijk gaan wandelen met mijn vier honden. Dat is een groot voordeel van Curaçao. De manier van leven is ook heel anders. Op Curaçao geniet men van alles, maar wordt er niet altijd gezond geleefd. In Zweden draait alles om gezond leven. Van kleins af aan leer je op school al wat je het beste kunt eten en dat je elke dag moet sporten. Iedereen doet aan iets van beweging, het is zelfs vreemd als je niet beweegt. Ik probeer die levensstijl hier wel te handaven, maar het is niet eenvoudig met al het lekkere, maar minder gezonde eten wat overal wordt verkocht."

Wat is jouw wens voor de toekomst van Curaçao?

"Mijn wens is dat iedereen beter gaat zorgen voor elkaar, de natuur en de dieren. In Zweden is een hond een deel van je gezin, iedereen zorgt voor de dieren en houdt van ze. Hier leven veel dieren op straat en wordt er meestal niet omgekeken naar hen. Dat breekt mijn hart. Ook de natuur heeft meer zorg nodig, het is zonde dat er veel gedumpt wordt in de zee of op mooie plekken. Curaçao is een prachtig eiland en het is het waard om ervoor te zorgen!"